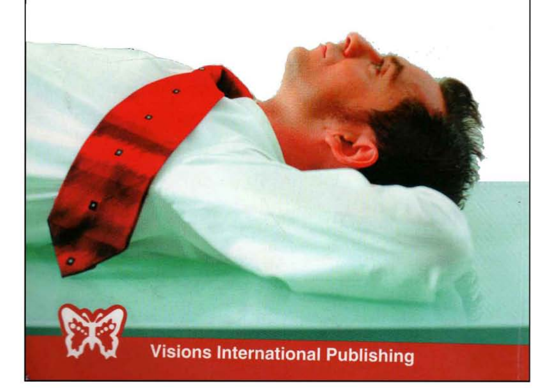
إيرني زيلنسكي

اعمل أقل... تنجح أكثر!

الكسل هو سر النجاح



Visions International Publishing

اعمل أقل... تنجح أكثر

كيف تحصل على ما تريد
دون أن تُفني حياتك من اجله

إيرني زيلنسكي

ترجمة

آمال الأتـات فاديا عبـدوش





ISBN 9953 - 15 - 315 9

العنوان الأصلي لهذا الكتاب باللغة الإنكليزية
The lazy person's guide to success

شركة دار الفراشة للطباعة والنشر والتوزيع ش.م.م.
طريق المطار ـ سنتر زعرور ـ ص. ب: 11/8254
هاتف/ فاكس: 450950 ـ 1 ـ 961 00 ـ بيروت ـ لبنان
Email: info@darelfarasha.com
http: www.darelfarasha.com

ملخص المحتويات

المقدمة

بعض النصائح تعد بأشياء أروع من أن تتحقق في الواقع. . ومن بين هذه النصائح تلك التي تقول: «من طلب العلى سهر الليالي» أو «اعمل بجد ونشاط، تنل ما تريد من الحياة». ولكن الواقع أن لا شيء أبعد عن الحقيقة من هذه النصيحة. . فأناس كثيرون في العالم الغربي يدأبون على العمل بجد ونشاط لسنوات طويلة ومع ذلك لا يصلون أو يقتربون حتى من مبتغاهم في هذه الحياة. . والأكثر من ذلك، أن الناس في البلدان الأقل نمواً يعملون ساعات أطول وبجد أكبر ويكون مآل أعمالهم أقلّ نتاجاً من ذلك بكثير.

صحيح أن البلدان الصناعية لم تصل يوماً في الماضي إلى ما وصلت إليه اليوم من غنى، إلا أن المجلات والجرائد اليوم ملأى بالمقالات التي تتحدث عن الضغط النفسي المتزايد وعن الشعور بالإحباط وعدم الرضى الناتج عن الإفراط في العمل في المجتمع الغربي. . إن على أي عاقل أن يقول: «ما هذا الذي يجري هنا؟ لا بدّ أننا مجانين لأننا ننظم حياتنا بطرق تؤدي إلى دمار عقولنا وأجسادنا وأرواحنا». وللأسف أن معظم الناس اليوم عالقين في دوامة العمل بطريقة تجعلهم لا يدركون إلى أي حد قد يكون ذلك مؤذياً لهم ولغيرهم.

إن الفكرة الأساسية في هذه الكتاب هي أن العمل المضني يؤدي إلى نتائج غير مرضية، هذا دون ذكر الإحباط والتعب والضغط النفسي أو نوبات التوتر العصبية.

للأسف أننا كلنا ضحية تكييف أو قولبة إجتماعية تدفعنا إلى

★ أفكار تغيِّر حياتك

إن كل ما أنجز من أمور عظيمة في تاريخ الإنسانية بدأ بفكرة صغيرة.
نحن جميعاً نملك مثل هذه الأفكار.
لكن قلّة قليلة من الناس يفعلون شيئاً بها.
ماذا تنوي أن تفعل بأفكارك؟

الحاضر هو ثمرة أفكار الماضي.

بوذا

الغنى هو نتاج قدرة الإنسان على التفكير.

آين راند

الظن أن النجاح متوقف على العمل لساعات طوال وعلى الانشغال وعدم أخذ إلا القليل من الراحة وعلى بذل غير ذلك من التضحيات الجسام. والمشكلة أن العمل لعشر أو اثنتي عشرة ساعة باليوم لا يترك لنا إلا القليل من الوقت للحياة الفعلية وللأنشطة التي تؤدي إلى السعادة والراحة والرضا.

في عصر الأعمال هذا، تجد أن معظم الناس محرومين من أوقات الفراغ إلى درجة الاستنزاف.. وخلافاً للحكمة الشعبية ليس من الضروري أن نعمل إلى هذا الحد لبلوغ العلى، فليس هناك في الحقيقة نقص بالوقت ولكن الناس يضيّعون وقتهم في نشاطات تافهة وفي السعي وراء أهداف لا تؤدي البتة إلى النجاح والسعادة.

المال والممتلكات المادية هما اليوم رمز السعادة وغالباً ما نجعل امتلاكهما يأتي في المرتبة الأولى قبل استمتاعنا بالحياة والحق يقال إن المال والممتلكات ليست فقط أشياء لا تجسد السعادة بل إن السعي وراء رموز السعادة الزائفة هذه، تؤدي إلى الكثير من التعاسة: وما دمت تجعل استمتاعك بالحياة رهناً بامتلاكك المال والممتلكات فإنك لن تحصل إلا على القليل من السعادة.

لا داعي للقول إن الناس الذين يفتقرون إلى السعادة في حياتهم لا يمكن أن يعتبروا أنفسهم ناجحين حقاً.

في الواقع إن هناك بديلاً عن عقلية العمل دون هوادة السائدة اليوم في العالم ولكن قلة قليلة من الناس يتوقفون لحظات للتفكير في هذا البديل. والبديل هو السعي فقط وراء الأمور التي تحسّن نوعية حياتك.

والواقع أن أشياء قليلة في الحياة لها أهمية فعلية.. والأشياء المهمة فعلاً تؤثر في السعادة والنجاح أكثر بكثير مما يدرك الناس

★ أفكار تغيّر حياتك

الواقع هو أن معظم الأشياء في هذا العالم ليست بذات أهمية فعلاً.

إنه لخطأ جسيم أن نلهث وراء أمور غير مهمة على حساب أمور مهمة.

ليس كافياً أن تكون مشغولاً.. السؤال هو: ما الذي يشغلك؟

هنري ديفد ثورو

وعلاوة على ذلك نجد أن الأشياء الأقل أهمية تؤدي إلى سعادة ونجاح أقل بكثير مما يدركه الناس.

الطريق إلى التعاسة مرصوف بالسعي وراء أشياء ذات أهمية قليلة ـ والحقيقة أن معظم ما نسعى وراءه هو غير ضروري أبداً وعديم الجدوى البتة. أما الأهداف التي نسعى وراءها فهي الحصول على ألقاب أهم في العمل وامتلاك منازل أكبر وسيارات أفخم والقيام بأنشطة متوافقة مع آخر صيحات الموضة... ولكن في نهاية المطاف أشياء قليلة تساهم في تحقيق الإنجازات وبعث السعادة إلى النفوس.

إن أحد أسباب سعي الناس إلى أشياء أقلّ أهمية هو أن كل فرد في المجتمع تقريباً يلهث وراء هذه الأشياء التي هي رمز المنزلة الاجتماعية الرفيعة فحسب. ولكن اتبّاع هذا العرف السائد بين الناس أقلّ قيمة ممّا يعتقد الجميع.

إن معظم الأنشطة التي يسترسل فيها الناس ما هي إلا محض انشغال فارغ، نتائجه هزيلة وغير مرضية.

والأسوأ من ذلك أن العديد منها ليس فقط تافهاً بل قد يكون له تأثير سلبي على النتائج المنشودة.

إذا كنت كمعظم الناس فهذا يعني أنكَّ تبذل وقتاً طويلاً على الأعمال الخاطئة ولا تبذل إلا وقتاً قصيراً على الأعمال الصحيحة.. فالعمل الطويل المجهد من أجل أعمال خاطئة لن يجعلك تحقق أشياء كثيرة في هذه الحياة.. أما العمل وقتاً قصيراً من أجل أعمال صحيحة فسيجلب إليك النجاح والسعادة اللذين لا يشعر بهما 95 بالمئة من البشر.

قد يكون من الصعب عليك أن تصدق ما سأقول ولكنك قادر على العمل مدة أقل وجني مال أكثر والاستمتاع بالحياة أكثر وأكثر

★ أفكار تغيِّر حياتك

بعد التفكير ملياً نجد أن ما يعتقده الناس هاماً للإبداع هو ليس على تلك الدرجة من الأهمية.

وما يعتقده معظم الناس تافهاً هو أكثر أهمية مما قد يظنه الناس يوماً.

لتكون أكثر نجاحاً تعلّم كيف تميّز ما بين الأمور غير الهامة حقاً وبين تلك الهامة حقاً.

في النهاية لن يعتبرك الناس عبقرياً فحسب بل معلّماً حكيماً أيضاً.

النجاح أمر نسبي: فهو ما يمكن أن نفعله لنصلح الأمور التي أفسدناها.

ت. س إليوت

أيضاً. إنها مسألة اتباع القول المأثور الذي يشير إلى العمل بذكاء وليس بجهد. فالوقت الذي تكرّسه للعمل الشاق هو وقت مستغل بشكل سيء أما الوقت الذي يخصص للإبداع والمخيلة فهو الأكثر فعالية وجدوى.

العمل الشاق لا يساعدك على التقدّم نحو النجاح، ليس هذا فحسب بل إن كمية الموارد التي لديك لا تساعدك هي أيضاً في هذا الاتجاه. من الواضح أن كيفية استعمال ما تملك بفعالية هو ما يشكل فرقاً.. ما هو.. فالاستخدام الحكيم لكل ما تملك من وقت وطاقة وإبداع ومال وصبر وشجاعة وحماسة هو ما يجلب إليك السعادة على المدى الطويل.

قال أحدهم مرة: إذا أردت لشيء أن ينفّذ بشكل أسرع وأسهل أوكل به شخصاً كسولاً.. وهذا الكتاب يعلمك كيف تكون هذا الكسول. من الواضح أنني لا أتكلم عن جعلك كسولاً عاطلاً، عشوائياً وغير منتج، بل على العكس تماماً لأنني أثق بالكسل المنتج الفاعل.. إن نظرنا إلى الأمر من وجهة النظر هذه يمكن اعتبار «الكسل» طريقة تضفي على حياتك قيمة إضافية.

في هذا الكتاب، يصوّر مصطلح «الكسول المنتج» فرداً يتكاسل بشكل إيجابي مثمر.. فالكسول المنتج يحصل على النجاح بمجهود معتدل. الواقع إن تطبيق مبادىء الكسول المنتج هو إلى حد ما سهل مقارنة مع «العمل الشاق واللهو القليل» اللذين هما استراتيجية معظم الناس في المجتمع حالياً. أولئك الذين يتبنون هذه المبادىء سيدركون هذا عندما يقارنون ما بين الثمار التي يحصدونها وما بين المجهود المطلوب للحصول على هذه الثمار.

مع أن مبادىء «الكسول المنتج» بسيطة جداً إلا أنني لن أقول أن تطبيقها سهل. فالمطلوب حتى يُمكن تطبيقها شيءٌ من الالتزام

ومقدار لا بأس به من الجهد المنتظم أما النتيجة الواضحة فهي أن حياتك ستكون أسهل مما لو طبقت الطريقة التقليدية لإحراز النجاح.

الواقع أنه لتكون على شيء من الكسل وعلى درجة كبيرة من الإنتاج ينبغي أن تكون مبدعاً وذكياً.. والسبيل إلى ذلك هو التركيز على النتائج المهمة لا على عدد الساعات التي قضيتها في العمل، وهو ما يركز عليه العاملون الكادحون وأصحاب الأفكار المتصلّبة. أما الفرق من حيث الإيراد الذي ستحصل عليه والحياة المتوازنة التي سيمكنك الاستمتاع بها فسيكون ملفتاً جداً.

لا داعي للقول إنه ينبغي عليك أن تكون ماهراً في تمييز ما هو مهم في حياتك عما هو غير مهم. وما هو مهم ليس فقط الأعمال التي أنت منغمس فيها اليوم بل الأهداف التي تسعى وراءها أيضاً.. ولعلك تكافح من أجل عمل هو على غير تلك الأهمية التي تظن.. بمعنى آخر قد تكون أهدافك، إذا ما تحققت يوماً، من الأهداف التي لن تسهم بشيء من أجل سعادتك. حالما يتضح لك ما هي الأعمال التي ستجلب لك أكبر قدر من الرضى، عليك استكشاف أكثر الطرق فعالية لتحقيقها ـ وهذا يستلزم التعرف إلى النشاطات الهامة التي ستعطيك أفضل النتائج، زيادة الوقت الذي تمضيه في القيام بما تحبه أو ما تبرع به تساعدك أيضاً على تحقيق ما تصبو إليه في حياتك وفي الإطار نفسه عليك أن تختصر الوقت الذي تمضيه في القيام بنشاطات لا تروق لك ولا تحسنها.

قد تبدو بعض المبادىء في هذا الكتاب من الأمور التي يجب أن تكون واضحة لأي إنسان عاقل. نعم أنا موافق، فليست هذه المبادىء بأكثر من تفكير منطقي سليم.. ولكن هذا قد يحول دون تبنيّها. فلسبب غريب يختار الناس تجاهل أي أمر واضح أو أي

شيء يدل على التفكير السليم. ولعل معظم الناس يحبون إلى حد ما تعقيد الأمور لإضافة أبعاد أكثر لحياتهم، فهذا ما يجعلهم يشعرون بأنهم أكثر أهمية.

إن لم يكن لديك حاجة خفية طبيعية لتعقيد حياتك وكنت بدل ذلك تبحث عن طريقة مريحة للوصول إلى الغنى والسعادة فهذا يعني أن مبادىء «الكسول المنتج» هي لك أنت. . إذ لا تساعد هذه المبادىء فقط في الوصول إلى نجاح أكبر بل ستساعدك في الوصول إلى الحرية التي لم يختبرها معظم الناس في المجتمعات الحديثة.

يمكنك قراءة هذا الكتاب بثلاث طرق، أولاً يمكنك قراءة الصفحة اليمنى والصفحة اليسرى فالمادة الموجودة على الصفحات اليسرى تعرض الأفكار الرئيسية الموجودة في الصفحات اليمنى، إنما بأسلوب مختلف وبطريقة تصبّ مباشرة في صلب الموضوع. . وقد يجد بعض الناس أيضاً الصفحات اليمنى أكثر شاعرية. . الطريقة الثانية هي التركيز فقط على الصفحات اليمنى. . فإذا كان وقتك ضيقاً، فستسمح لك هذه الطريقة الإحاطة بالمغزى العام بهذا الكتاب بوقت أقل من الوقت الذي تستغرقه قراءة الكتاب بمجمله. . أما الطريقة الثالثة لقراءة هذا الكتاب فهي قراءة الصفحات اليمنى كملخص بعدما تكون قد قرأت الكتاب بأكمله.

إن هذا الكتاب بغض النظر عن طريقتك في قراءته سيُريك كيف تكون ناجحاً بحسب شروطك الخاصة. ومبادىء الكسول المنتج يمكن أن تُطبّق في مكان عملك ومنزلك وفي أي مكان آخر تختاره لتطبيقها، تجرأ على تطبيق هذه المبادىء لتصبح أكثر إبداعاً وإنتاجاً وغنى وسعادة ونفاذ بصيرة. . كل ذلك يتم عبر العمل أقل والاستمتاع بالحياة أكثر.

الفصل الأول

حتى تكون ناجحاً أكثر،
حاول أن تعمل أقلّ وأن تفكّر أكثر



النجاح يكلّف ثمناً باهظاً

إليكم هذه القصة التي اخترتها حتى تجعلكم تتهيأون وتستعدون، ليس لهذا الفصل فقط بل لما تبقى من فصول. . عندما التقي بأشخاص سعداء يعيشون على مهلهم ويقولون لي إنهم لو ضحوا فقط بأسلوب عيشهم المتوازن وعملوا بجد أكبر لكانوا اليوم من أصحاب الملايين، أسارع إلى إخبارهم هذه القصة حتى أجعلهم يرون حياتهم من المنظار الصحيح.

أمضى مقاول غني من نيويورك عطلة أسبوعين على شاطىء كوستاريكا. . وفي اليوم الأول الذي أمضاه هناك ذُهل بنوعية وطعم السمك الذي اشتراه من بائع سمك محلي. . في اليوم التالي قصد الأمريكي «ابن البلد هذا» عند رصيف الميناء ولكن الرجل كان قد باع صيده. . اكتشف الأمريكي أن لدى هذا الرجل مكاناً سرياً، فيه السمك وفير والنوعية ممتازة. . ولكنه لم يكن يصطاد إلا خمس أو ست سمكات كل يوم. .

سأل النيويوركي صياد السمك لماذا لم يبق مدة أطول في البحر ليصطاد المزيد من السمك.

أجاب صياد السمك: «ولكنني يا سنيور أتأخر في النوم حتى التاسعة أو العاشرة صباحاً، ثم ألعب مع أطفالي وبعد ذلك أذهب للصيد مدة ساعة أو ساعتين. . بعد الظهر، آخذ قيلولة مدة ساعة أو ساعتين. وفي المساء أتناول وجبة هادئة مع عائلتي وفي وقت متأخر من المساء أقصد القرية حيث أعزف الغيتار وأغني مع أصدقائي. . كما ترى أنا أنعم بحياة سعيدة هادئة ممتعة ومليئة بالنشاط».

هل فكرت يوماً في أنّ العمل المضني ليس مثمراً بالمقدار الذي يدّعيه الناس؟
حسناً، عليك أن تفكر في ذلك.
القبول بهذه الفكرة سيغير حياتك!

ليس هناك بطالة تغرينا كتلك التي ترفع نفسها إلى مرتبة الانشغال الظاهري.

صاموئيل جونسون

لن تستطيع أبداً جعل العمل المضني مثالياً، فقبل أن تحفر الأرض عليك أن تنزع عنك سترتك المفضّلة.. وكلّما كدّ الإنسان بشكل أعمى، أصبحت مثاليته أضعف وبات عقله أكثر ظُلمة وجهلاً.

د. هـ. لورنس

أجاب النيويوركي: «عليك أن تصطاد المزيد من السمك.. فهذه الطريقة تمكنك من أن تُمهّد الطريق لمستقبل زاهر. انظر.. أنا رجل أعمال من نيويورك ويمكنني أن أساعدك لتصبح ناجحاً أكثر بكثير في الحياة.. أنا أملك إجازة في إدارة الأعمال من جامعة هارفرد وأعرف الكثير عن التجارة والتسويق».

تابع النيويوركي قائلاً: «العمل للمستقبل يتم عبر الاستيقاظ باكراً في الصباح وقضاء اليوم كله في صيد السمك ثم العودة في المساء من أجل اصطياد المزيد من السمك.. وبفضل المال الزائد الذي ستجنيه ستستطيع بلمح البصر شراء قارب أكبر.. وبعد سنتين ستستطيع أن تمتلك خمسة أو ستة قوارب يمكن تأجيرها لصيادي سمك آخرين.. وفي غضون خمس سنوات أخرى وبسبب السمك كله الذي ستحصل عليه، ستستطيع بناء مصنع للسمك وستتمكن حتى من الحصول على ماركتك التجارية الخاصة من المنتوجات البحرية».

وفيما كان الرجل الكوستاريكي يبدو أكثر انذهالاً أخذ النيويوركي يتابع قائلاً: «وبعد ست أو سبع سنوات أخرى ستستطيع ترك هذا البلد والانتقال إلى نيويورك أو سان فرنسيسكو مسلماً إدارة المصنع إلى شخص آخر، لتتمكن أنت من تسويق منتوجاتك.. إذا عملت جاهداً مدة خمس عشرة أو عشرين سنة فستصبح مليونيراً كبيراً وعندئذ لن يعود هناك حاجة لتعمل حتى آخر عمرك».

أجاب الرجل: «وماذا أفعل عندئذ؟».

ردّ رجل الأعمال الغني بحماسة وبدون أي تردد: «عندئذ ستقدر على الانتقال إلى قرية صغيرة في بلد هادىء كالمكسيك حيث يمكن أن تنام حتى وقت متأخر من الصباح وتلعب مع أطفال القرية وتأخذ قيلولة طويلة بعد الظهر وتأكل وجبة هادئة في المساء وتعزف

★ أفكار تغيِّر حياتك

إليك المزيد من الحقائق التي عليك أن تفكر فيها بتمعن:

إن أهم عامل يحول دون نجاح الناس بالنسبة للمجتمع الحديث هو أنهم لا يبذلون ما فيه الكفاية من الجهد.

أما بالنسبة لأناس كثيرين فإن أهم عامل يحول دون نجاحهم هو أنهم يعملون أكثر ممّا هو مطلوب.

سبيلك إلى النجاح: هو أن تعمل بجد كاف.

سبيلك إلى الفشل: هو أن تعمل بجد أكثر من المطلوب.

مالكولم فوربز

الكاتب يكتسب الحكمة في أوقات الفراغ.

والقليل الاشتغال يحصل عليها.

سفر يشوع ابن سيراخ

الجامعة 38: 25

وتغني مع رفاقك كل ليلة».

الحكمة من هذه القصة هي أن معظم النجاح، كما يُحدّده المجتمع اليوم، يكلف الكثير. . يكلفك صحتك العقلية والجسدية وحياتك الاجتماعية والعائلية ويكلفك أيضاً حريتك الشخصية. ما الغاية من العمل المضني لسنوات وسنوات ومن التضحية بالسعادة والراحة النفسية والجسديّة ما دام بمقدوروك الحصول على كل ذلك بعدم العمل بشكل مضنٍ؟

قد تكون الشهرة والثروة على لائحة المكافآت التي تتوقعها في الحياة. . ولكن الثمن الذي ستدفعه من وقتك وطاقتك وتضحياتك الشخصية والمخاطر التي يمكن أن تعترض طريقك قد يكون أغلى مما ترغب في إنفاقه. . نعم؛ إنّ لأي شيء يستحق أن نحصل عليه ثمناً وهو ما سنشدّد عليه لاحقاً في هذا الكتاب ولكن بعض الأشياء لا تستحق الثمن الذي تدفعه لقاء الحصول عليها. والغريب أن الناس في البلدان الأقل نمواً يعرفون هذا أكثر من العديد من الناس في البلدان الصناعية الأكثر ازدهاراً.

نحن لا نعبأ ولو قليلاً بالسعر الذي يدفعه بعض الناس أثناء سعيهم إلى النجاح. . كانت مجلة «Success» لسنوات عديدة تبرز الناس الذين نجحوا كمقاولين. . وكالعادة جعلت هذه المجلة الإنجازات المالية التي حققها هؤلاء تبدو سهلة نسبياً، ولكن معظم هؤلاء المقاولين دفعوا ثمناً كبيراً لهذا النجاح وما دفعوه كان العمل المضني لساعات طويلة والحياة العائلية الفاشلة والمخاطرة بالثروة العائلية والمعاناة الجسدية والنفسية.

وكما هي الحالة غالباً، نجد هنا شيئاً من المفارقة ـ ففي العام 1999ـ العام الذي ازدهر فيه اقتصاد الولايات المتحدة الأمريكية كما لم يزدهر قط من قبل، اكتشفت مجلة «Success» نفسها الثمن

يُشدّد معلّمو فرقة «الزن» البوذية على أهمية أن نعي وعياً تاماً «من نحن» «وماذا نفعل».

الواقع أن بوذا يقصد من ذلك أن تكون «صاحياً»:

أن تكون صاحياً يعني أن تكون منتبهاً للخيارات التي تتخذها على صعيد الأعمال التي تسعى وراءها.

العمل المضني الذي تبذله على أشياء غير صحيحة لن يجعلك أكثر سعادة ونجاحاً حتى لو أديته بشكل ممتاز.

أفضل ما يمكن أن تفعله غالباً، هو ألا تفعل شيئاً. وأفضل ما يمكن أن تقوله غالباً، هو ألا تقول شيئاً.

ويل دورنت

الغالي الذي يدفعه الناس أثناء محاولتهم تحقيق النجاح المادي فقد أعلنت المجَلّة إفلاسها وطلبت إعادة تعويمها.

للأسف أن قلة قليلة من الناس يحرزون نجاحاً يستحق الكلام عنه في المجلة بغض النظر عن العمل المضني الذي بذلوه. معظمهم يرمون بأنفسهم إلى المغامرات التجارية وإلى المهن الرفيعة من أجل هدف واحد هو جني المال والوصول إلى السلطة والشهرة غير آخذين بعين الاعتبار مهاراتهم ومواهبهم وشغفهم بهذا العمل. إن الافتقار إلى الشعور بالفرح والرضا أثناء سعيهم إلى النجاح يزيد بشكل دراماتيكي من احتمالات إخفاقهم في أعمالهم في نهاية المطاف.

نجد في هذه اللحظة عشرات الآلاف من الناس الذين يكافحون من أجل أن يصبحوا من أصحاب الملايين ولكنهم لن يصلوا أبداً إلى هدفهم.. سيكدحون طويلاً ويجدّون في أقبيتهم سنوات من أجل تطوير منتوجاتهم، مُعدِّين المشاريع التجارية، محاولين جذب القروض المالية ولكنهم في النهاية سيفلسون. مما لا شك فيه أن معدل نجاح أصحاب الملايين الطامحين سيرتفع أكثر بكثير فيما لو كان سعيهم وراء المجازفات التجارية منسجماً مع طبيعتهم الشخصية والنشاطات التي يميلون إليها عوض أن يكون مجرد سعي إلى كسب المال.

إن العديد من الأعمال التي تجذبنا قد تكون غير منتجة على المدى البعيد.. فلو عملت جاهداً بما فيه الكفاية لتوصلت ربما إلى الغنى والشهرة حتى، ولكن ذلك لن يحدث بدون أن تدفع الثمن باهظاً. والسؤال هنا هل أنت مستعدّ لدفع هذا الثمن؟ قد يسهل عليك قول «نعم» إن لم تدرك تماماً المآزق والظروف الصعبة التي قد تواجهها.

★ أفكار تغيِّر حياتك

هناك ثلاثة أنواع من العمّال:

الأول هو الكسول المنتج، الذكي والخلاق، الذي يعمل قليلاً ويُنتج كثيراً.

الثاني هو المدمن على العمل الذي يعمل كثيراً وينتج قليلاً.

الثالث هو الذي لا ينتج شيئاً ولا يستحق أن يذكر أيضاً.

فأيّهم تريد أن تكون؟

لا أعرف أحداً أكثر دناءةً وإثارة للشفقة من رجل يكرس ساعات النهار كلها لجني المال من أجل المال فقط.

جون د. روكفيلر

قد يكون الثمن الذي ستدفعه أثناء بحثك عن الشهرة والثروة أعلى بكثير مما يمكنك تصوره يوماً.. ففيما أنت تكرس وقتك ومالك وطاقتك لمشاريع جمع المال قد تضطر إلى التضحية بملذاتك ووسائل راحتك. وعندما يصبح جني المال الهدف الأساسي في الحياة تفشل النشاطات الاجتماعية والنزهات العائلية والهوايات الخلاّقة. وليس ذلك فحسب، بل إن الركض وراء هذا الهدف قد يجعلك زوجاً مقصّراً وأباً سيئاً.. حتى أن الاغراء بأن تصبح غنياً قد يؤثر فيك ويجعلك تسيء إلى قيمك واستقامتك.

هل أنت مستعد لدفع أي ثمن من هذه الأثمان؟ الواقع أن هناك أثماناً أخرى أيضاً.. ماذا عن صحتك وحريتك واحترامك لذاتك؟ ولكن ما عددناه حتى الآن هو تكلفة تدفعها على المدى القصير إذ أن هناك تكلفة بعيدة المدى وهي أغلى بكثير. فالعمل ثماني عشرة ساعة باليوم بينما غيرك من الناس يعمل ست أو سبع ساعات لهو سعر كبير تدفعه لقاء شيء لن يستطيع أن يؤمن لك السعادة التي تتوقعها في النهاية.

قد يفاجئك أو حتى يؤلمك أن تكتشف أن أناساً كثيرين قد ندموا، بعدما وصلوا إلى الشهرة والثروة، على تكريسهم طاقة حياتهم كلها في سبيل الوصول إليهما. أنا لا أتكلم هنا عن المصابين بالذهان والجنون، وعن الاشخاص المشوّشي التفكير الذين لا يعرفون ما الذي يريدونه في الحياة بل أنا أتكلم عن الأذكياء، الموزوني العقل، الذين حققّوا ذواتهم والمحترمين جداً في المجتمع.

خذ على سبيل المثال رجل البورصة الشهير جورج سوروس George Soros. بسبب استخدامه ذكائه في مجال الأموال، استطاع «سوروس» أن يجمع ثروة قُدِّرت بخمسة مليارات دولار أميركي..

★ افكار تغيّر حياتك

لا تشعرَنّ أبداً بالذنب لأنك كسول.

يريد منك المجتمع أن تعتقد أن الكسول هو شخص غير منتج.

ولكن على العكس تماماً:

أن تكون كسولاً يعني أن تقلل إلى أقصى حد من الوقت الذي تقضيه على الأشياء التي لا تحبها وأن تُكثر إلى أقصى حد من الوقت الذي تنفقه على أعمال يسرّك فعلها.

بدل أن تقضي الوقت في التدرب على عدم الخوف من الأفاعي، تجنبها وانتهى الأمر.

ريتشارد كوتش

الرجل الذي لا يعمل طوال الوقت يُدعى «المتسكع» ولكنه قد يكون شخصاً يطرق أبواب الجنة طوال الوقت.

هنري دايفد ثورو

ومع ذلك يقول إنه قد يقايض كل ذلك من أجل الحصول على فرصة تخوّله تحقيق حلمه المهني. كان إعمال فكره وتشغيله هو شغفه الفعلي وليس جني المال.

مؤخراً، ذكر Soros لصحافي يعمل لحساب جريدة National Post الكندية: «لو كنت معروفاً بأنني فيلسوف لأعطاني ذلك شعوراً أكبر بالرضا»، وعندما سأله الصحافي عما إذا كان ليبذل ماله كله من أجل هذا الهدف أجاب: «نعم بالتأكيد».

وليست تجربة Soros حالة استثنائية نادرة. . فآلاف الناس عملوا بجد وجمعوا كمية ضخمة من المال ثم استنتجوا أن ذلك لم يكن يستحق تعبهم. . لقد أدركوا أنهم لو كانوا يملكون مالاً أقل لاستطاعوا التخلي عن أشياء ليسوا بحاجة إليها أصلاً. . وليس ذلك فحسب، إذ أدركوا أيضاً أنهم لو عملوا أقل لاستطاعوا أن يستمتعوا بحياتهم أكثر.

إن الأشياء التي تستحق أن تحصل عليها لا تُقاس بالدولارات والسنتات. . من هذه الأشياء، نذكر مثلاً الحصول على حياة مكتملة وسعيدة وهادئة ترضى عنها. . . إن التضحية اليوم بالحياة الهادئة على أمل الحصول على حياة مشابهة مع مال أوفر في المستقبل أمر غير منطقي أبداً. . فتضحية كهذه لن تدعك تشعر بالسعادة في حاضرك كما تحرمك من الإحساس بأنك تعيش حياة مرفّهة.

البديل عن العمل المضني والطويل لسنوات و سنوات وعن التضحية بالسعادة الحالية هو الرضا والقناعة بيومنا هذا. . قُم بعمل تستسيغه وفي وقت فراغك؛ امضِ وقتاً كبيراً على الأنشطة البناءة. هذا يتطلب أن تكون كسولاً بعض الشيء وأن تكون في الوقت ذاته شخصاً منتجاً جداً.





سلوك الناس في المجتمع لم يؤدِ إلى حياة سعيدة حتى يصبح مثالاً يُحتذى به

في العام 1919 عندما انتقد اللورد كاستلروس على مجيئه متأخراً إلى العمل أجاب: «ولكن فكّروا إلى أي درجة أنا أغادر باكراً». لا أدري ما رأيك أنت ولكن موقف هذا الرجل يعجبني.. فالذهاب إلى العمل متأخراً جنّب اللورد كاستلروس من أن يصبح مدمناً على العمل وغير سعيد. لا شك أنه استمتع بوقت فراغه أكثر من معظم معاصريه من العمال ومن الواضح أنه عرف كيف يعيش حياة متوازنة أكثر من معظم الناس في أيامنا هذه.

هذا يقودنا إلى مشكلة أساسية في المجتمع المعاصر، وهي أن معظم الناس لا يعرفون كيف يعيشون ولا كيف يستمتعون بلحظتهم.. ولكن اتخاذ موقف اللامبالاة والاسترخاء اللذين اتخذهما اللورد كاستلروس قد يفعل الأعاجيب لراحة هؤلاء الناس الجسدية والنفسية.

مع بداية القرن الحادي والعشرين ازدهر الاقتصاد في معظم بلاد الغرب كما لم يزدهر قطّ من قبل. ولكن تقارير وسائل الإعلام أشارت إلى أن عمّالاً كثيرين بمن فيهم المحترفين والموظفين الإداريين الكبار الذين يتقاضون رواتب عالية كانوا يشعرون بالضغط النفسي والاحباط والنقص في الوقت والتراجع في نوعية حياتهم. الواقع أن كل عام كان يحمل معه دراسة جديدة يستنتج منها أن الناس كانوا أكثر إصابة بالضغط النفسي وأقل شعوراً بالرضا من السنة الفائتة.

لقد تدهورت الأوضاع الاقتصادية اليوم ولكن الوضع للأسف ما زال على حاله كما كان في أفضل الأحوال. إسأل معظم العمّال

يرحل معظم الناس من هذه الدنيا نادمين على أشياء لم ينجزوها.

إن أسهل طريقة لتكون واحداً منهم هي أن تنضمّ إلى سائر الناس في المجتمع وتفعل ما يفعلونه عوض أن تكون مبدعاً وتحقق ما تريده أنت.

إن ضيّعت أحلامك، ضيّعت عقلك.

فرقة الرولنغ ستونز

فليكن هدفك دائماً أن تحقق ما تحلم به أما النجاح فانسَ أمره.

هيلين هايز

المجدين في أمريكا كيف تسير أعمالهم وستسمع قصصاً عن قضائهم في العمل حوالى ستين أو سبعين ساعة في الأسبوع وعن عدم حصولهم على وقت للراحة. والنتيجة ليست فقط إرهاقاً جسدياً بل إرهاقاً نفسياً يساهم في الشعور بالقنوط واليأس الصامت.

من بين العديد من المؤشرات التي تشير إلى هذا الوضع السيء هو افتقار الناس إلى هدف ذي معنى في حياتهم اليومية.. فالناس يعيشون حياة لا تعرف السعادة ولا الرضا ولا السكينة.. أن تكون ناجحاً في القرن الحادي والعشرين يعني أن تعمل مدة أطول وأن لا تجد إلا القليل من الوقت للقيام بالأعمال التي تحب القيام بها. ومن المؤكد أن العديد من الناجحين هم اليوم غير راضين عن انفسهم وعن حياتهم بشكل عام.

إن الطبقة الميسورة والطبقة المتوسطة خاصة في كندا والولايات المتحدة الأمريكية تحصلان على دخل يتخطى حاجاتهما الفعلية ولكنهما تفرطان في الإنفاق وتعيشان عيشة تفوق مواردهما وتتجاوزها.. وحتى يبقي أفراد هاتين الطبقتين أنفسهم بعيداً عن محكمة الإفلاس، يتوجب عليهم متابعة العمل في مهن تتركهم محبطين وغير راضين.. إنهم يعملون ساعات كثيرة جداً ونتيجة ذلك تراهم لا يجدون إلا وقتاً قصيراً يقضونه مع أصدقائهم وعائلاتهم. وإن تدبروا الأمر ووجدوا وقت فراغ يكونون مديونين وتعساء وبائسين بحيث لا يستطيعون الاستمتاع بهذا الوقت.

وحتى أغنى الناس قد توقعهم في الفخ طرق عيشهم التي أمنّها لهم الرخاء الاقتصادي.. إنهم يكسبون مالاً وفيراً ولكنهم يحيون حياة حقيرة. قُم بنزهة في حي أنيق للأثرياء وانظر كم شخصاً يقضي وقتاً ممتعاً على شرفة منزله الفخم.. ليس لدى معظم

★ أفكار تغيّر حياتك

شكّك دوماً بما يقوله جيرانك وما يفعلونه ويفكرون به.

من غير الحكمة أن تتّبع طريقة معظم الناس في المجتمع كمثال يمكن تطبيقه في حياتك.

إن فعلت ذلك فاستعد للمزيد من خيبة الأمل وتبدّد الأوهام.

ما يسعى إليه الناس لا يجلب لأي فرد السعادة والحرية والرضا إلا نادراً.

معظم الدروب المرصوفة جيداً لا تفضي إلى أي مكان.

رجل حكيم غير معروف

عندما يفكر الجميع بالطريقة ذاتها فهذا يعني أن لا أحد يفكر.

والتر ليبمان

الاغنياء لا الوقت للاستمتاع ولا القدرة على قضاء وقت ممتع حتى لو وجدوا وقت الفراغ هذا. خذ مثلاً العمّال الذين لا يتقاضون أجوراً جيدة والموظّفين ذوي الدخل العالي.. هؤلاء يكافحون ويكافحون من أجل الوصول إلى نجاح أكبر وغنى أكثر ولكنهم على ما يبدو لا يقتربون أبداً من السعادة وراحة البال.

إن معظم الناس لا يعون بل ينكرون أن حياتهم لا تتوافق مع مبادئهم وقيمهم.. فهم ينسون أعياد ميلاد أولادهم والمناسبات السنوية الخاصة بعائلتهم أكثر مما يعترفون به.

أنا أرى أن أكبر مساعد على الوصول إلى هذا الوضع المؤسف هو استعداد الناس للموافقة على كل ما يفعله الآخرون.. إن غريزة القطيع قويّة فعلاً، ربما لأنها لا تتطلب منّا أن نفكر بشكل فردي، وللأسف أن غالبية الناس يسمحون للآخرين بالتحكم بحياتهم.

كتب أريك فروم (Erick Fromm) في كتابه الهروب من الحرية (Escape from Freedom): «يعيش الإنسان العصري في وهم أنه يعرف ما يريد بينما الحقيقة أنه يريد ما يفرضه عليه المجتمع». الواقع أنه في المجتمع الاستهلاكي اليوم يملي المعلنون ووسائل الإعلام عامة على الإنسان ما يُفترض به أن يريده. والناس بمعظمهم يرتضون هذه البرمجة ويتقبلونها عوضاً عن التوقف للسؤال عما إذا كانت ستجعلهم حقاً سعداء. وعلى كل حال... أن تحاول التوافق مع غالبية الناس لأمر أسهل بكثير من التساؤل عما تفعله الغالبية والقيام بعمل مختلف عما يفعلونه.

أما في ما يتعلق بالنجاح، كما يجده المجتمع الغربي، فأنت أمام خيارين: إما البقاء داخل النظام والعمل بجد مدة ساعات طوال وإما ترك هذا النظام كلياً والسعي إلى حياة لا تعب فيها. ولكن ذلك أشبه بالاختيار ما بين «صفرين». فمن جهة لا يريد

ستحظى بحياة أسهل عندما تتوقف عن اللحاق بركب القطيع.

كلما كانت خطواتك غير متوافقة مع سائر خطوات أبناء المجتمع، زادت فرص تنعمك بحياة مكتملة هادئة وراضية.

الحقيقة أنك كلما كنت مميّزاً وغير تقليدي، كان ذلك أفضل.

ما يطلبه عامة الناس هو أفضل أنواع الرداءة.

أنطوان أوغوست بريو

إن تجاسر قلة قليلة من الناس على أن يكونوا مميّزين هو أخطر ما في هذا الزمن.

جون ستيورت ميل

الناس العمل المضني الطويل ومن جهة ثانية هم لم يتوصلوا بعد إلى الاستقلال المادي الذي يخولهم ترك العمل كلياً.

أين أنت في هذه الصورة؟ لعلك مثل معظم الناس الذين يتقاضون أجراً جيداً، فربما تجني مدخولاً محترماً يخوّلك الحصول على أكثر من حاجاتك. ولكن العمل المضني والطويل في سبيل الإحساس بالأمان وتحقيق مراتب رفيعة والحصول على الممتلكات فحسب سيجعلك تشعر بنقص ما، لأنك ستفوّت عليك البعد الروحي والنفسي في الحياة. مما لا شك فيه أن انعدام التوازن بين عملك وحياتك الخاصة لن يدع لك الوقت الكافي للسعي وراء الأنشطة الترفيهية المنتجة التي قد ترضي حاجاتك الروحية والعاطفية.

قد يثير هذا الكلام غضبك كما تفعل معظم التصريحات التي ترغب في إنكارها. إذا كانت حياتك بعيدة كل البعد عن أن تكون ممتعة ومرضية كما تحب أن تكون، فاعلم أنك المسبب الأول لهذه الفوضى.. فلا أحد يجبرك على أن تكون حياتك عجلة بعجلة بل أنت وحدك من اختار ذلك.. وهذا ما يجعلك مسؤولاً من أي ضغط جسدي أو اضطراب نفسي تجلبه إلى حياتك.. وقد ينشأ ذلك عن رغبتك في مجاراة كل الآخرين في ما يفعلونه.

قد يغريك أن تعرف أنك من ضمن الغالبية العظمى من الناس الذين يعيشون حياتهم في فوضى وعدم توازن.. قد يبدو لك من الأسهل أن تتبع القطيع من أن تفكر بشيء مختلف وتفعل أشياء بمفردك بعيداً عن مساعدة الجماعة «الحق بالبوم فيرشدك إلى الخراب».. فالمشكلة مع القطيع أنه أحياناً يتدافع مذعوراً بحيث يصبح من الصعب إيقافه.. وعندما يسبب قطيع ما ضرراً كبيراً، لن يرغب أي فرد من أفراده في تحمل المسؤولية.

★ افكار تغيّر حياتك

إن أحد مفاتيح نجاح «الكسول المنتج» هو عدم القبول بالتعريف الذي يقدّمه المجتمع «للنجاح».
من الحكمة أن تعرّف النجاح بناء على ما تراه أنت وليس بناء على ما يراه غيرك.
إن طبقت ذلك فستصل إلى النجاح بطريقة هادئة ممتعة.

لقد نجح الذي عاش حياته بكل معنى الكلمة وضحك كثيراً وأحبّ كثيراً وحظي بثقة النساء الصافية قلوبهن وباحترام الرجال الأذكياء، وبحب الأطفال الصغار، والذي ملأ مكانه وأتمّ مهمته وترك الدنيا أفضل مما وجدها إما عبر قصيدة رائعة نظمها أو عبر زهرة حسّن نوعيتها أو عبر إنقاذه لروح ما، ولقد نجح أيضاً مَنْ تأثر دوماً بجمال الأرض ولم يفشل في التعبير عن هذا الجمال. كما نجح مَنْ كان يفتش دائماً عن أفضل ما في الآخرين ومنحهم أفضل ما لديه. ومَنْ كانت حياته مصدراً للإلهام وذكراه نعمة.

بيتي أندرسون ستانلي

إن قلّة قليلة من الناس يكوّنون آراءهم الخاصة ويتخذون قراراتهم بأنفسهم. فبدل أن يسمحوا لإبداعهم ولحكمتهم بإدارة حياتهم يفضلون ما يفعله الآخرون وما يفكرون فيه. ليس عليك أن تكون واحداً من هؤلاء.. وعليك كإنسان مفكر ونشيط ومبدع أن تدرك ذلك ـ فخلافاً لما هو شائع ـ هناك دائماً بديل عن اللحاق بالقطيع. ففيما القطيع يسير باتجاه ما، تستطيع أنت أن تذهب في أحد الاتجاهات الكثيرة المفتوحة أمامك.

يعتبر اللحاق بغالبية الناس الذين يبحثون عن السعادة في الأماكن التي لا أثر للسعادة فيها أمراً بلا جدوى.. لماذا تضيّع وقتك وطاقتك ومالك على مطاردة أشياء لا تحتاجها فعلياً ولا تبعث السرور إلى نفسك؟ في الحياة أشياء هامة وأشياء غير هامة.. فبعض الأشياء تبدو هامة بنظر الناس والسبب أن المجتمع والمؤسسات التربوية وأصحاب شركات الاعلانات قد غسلوا أدمغة هؤلاء الناس ليجعلوهم يؤمنون بأن هذه الأشياء مهمة.. لو أمعنا النظر لوجدنا أن لا علاقة البتة لهذه الأشياء بالعيش في نمط حياة سعيد وصحيّ.

كلما ركّزت انتباهك على ما تفعله عامة الناس، أدركت أن طريقة «تقليد الناس بما يفعلونه» ليست الوسيلة الناجعة لتترك «بصمتك» على هذا العالم. تذكر دائماً عندما تغريك نفسك بالانضمام إلى هؤلاء الناس أن لديك أحلاماً هادفة وأشياء أهمّ لتسعى وراءها.

يجب أن يكون أحد أهم أهدافك أن تعيش كما أنت دوماً وليس كأي شخص آخر. عندما سئل ليوناردو دافنتشي ما هو أعظم انجاز انجزه في حياته أجاب: «ليوناردو دافنتشي».. أما معلمه

★ أفكار تغيّر حياتك

لتكون كسولاً منتجاً ـ أي ناجحاً مفيداً هادئاً وغير مبالٍ بمشاكل الحياة في الوقت ذاته ـ عليك أن تكون متحمساً ومندفعاً إلى العمل.

أولاً: عليك أن تكون متحمساً للتفكير وتقرير ما هو مهم لك.

ثانياً: عليك أن تكون مندفعاً ومتحمساً للقيام بالأشياء المهمة كثيراً بطريقة ممتازة.

ثالثاً: عليك أن تتحمّس للتوقف عن القيام بالأمور غير المهمة.

أخيراً عليك أن تتحمّس للتقليل من مشاغلك وأعمالك وأن تستمتع بكل ما في الحياة.

لقد قُدّر لي طيلة حياتي أن يعترف العاملون معي بأنني مجتهدة في عملي، وهذه الصفة بقدر ما تجعلني أشعر بالامتياز أخلاقياً، تُشعرني بعدم الرضا فنّياً.

مارغريت أوليفن

الـ«Zen» فلا يطلبون منا أن نكون ما لسنا عليه بل يطلبون منا أن نكون ما نحن عليه حقاً، بصدق وبالكامل.

إن أصعب شيء على صعيد العيش عيشة مرضية وغنية هو أن نكون صادقين مع أنفسنا في ميولنا وأن نمتنع عن الانجرار وراء عامة الناس، فالسعي وراء الحصول على استحسان الآخرين عبر منافستهم هو لعبة خاسرة. أن تكون مبهوراً بالآخرين وبممتلكاتهم معناه «خسارة نفسك وشخصيتك الحقيقية».

أن تكون ما أنت عليه حقاً يتطلب منك أن تعرف ما هو المهم لك، لك أنت بالذات. عليك أن تتأكد أن خياراتك في الحياة هي ملكك أنت.. وفي هذا السياق أقتطف مقالة Cummings: «ألا تكون إلا ما أنت عليه في هذا العالم، الذي يبذل قصارى جهده ليلاً نهاراً ليقولبك حتى تكون كأي شخص آخر، يعني أن تخوض بلا توقف أشرس معركة قد يخوضها أي إنسان».

أكثر طرق النجاح إبداعاً هي إعادة تقويم ما يعنيه النجاح لك

إليكم أهم نقطة في هذا الكتاب: حتى تنجح أكثر في حياتك جرّب أن تعمل أقل مما يعمل أي شخص عادي في المجتمع وأن تفكر أكثر منه. فدرجة تطويرك لقدرتك على التفكير المختلف والخلاّق تُحدِّد إلى أي درجة تصبح ناجحاً وإلى أي حدّ عليك أن تعمل من أجل إحراز النجاح.

أما السؤال الأول الذي عليك التفكير فيه بعمق فهو: ماذا يعنيه لك النجاح فعلياً؟ ما هو النجاح، سؤال تختلف إجابته من شخص لآخر، قد يحقق شخصان أشياء متشابهة في حياتهما ولكن حتى لو حصل ذلك فإن المتفائل سيعتبر نفسه ناجحاً فيما سيعتبر المتشائم

★ أفكار تغيّر حياتك

إذا أردت المزيد من النجاح والسعادة فأجب عن هذين السؤالين.

ـ ما هو النجاح؟

ـ وما هي السعادة؟

لعله ليس عليك إلا أن تدأب على طرح هذين السؤالين على نفسك حتى تجلب إلى حياتك المزيد من السرور والرضا والقناعة.

ما النجاح إلا أن ترى نساء لا تعرفهنّ حتى، يتنقلن في أرجاء منزلك.

عن برنامج «Saturday Night Live».

كلما رأيت شخصاً يركب باصاً بعد عمر الثلاثين، اعلم أنه شخص فاشل في الحياة.

دوقة ويست منستر، لوليا

تصل إلى ذروة النجاح حالما تصبح غير مهتم بالمال والمديح والدعاية.

دكتور و. أ باتيستا

نفسه فاشلاً.. وليس ذلك فحسب بل إن نظرة أحدهم إلى النجاح تتغيّر بحسب مراحل حياته.

إن أصعب طريقة لتحقيق النجاح هو أن تجعل شخصاً آخر يحدّد النجاح لك.. أصغ إلى الأصدقاء والأقارب والمجتمع ووسائل الإعلام وشركات الإعلانات، تجد نفسك متجهاً نحو مشكلة كبيرة وسينتهي بك الأمر أن تشعر بضغط كبير وأنت تحاول إنجاز كل شيء كالحصول على زوج جذاب للغاية وتربية عائلة رائعة وأخذ إجازات للسفر إلى بلاد غريبة والعيش في منزل فخم وقيادة سيارة غالية الثمن صارخة الشكل وتوفير، في الوقت ذاته، مبلغ كبير من المال لضمان عيشة محترمة في شيخوختك.. إن الحصول على هذه الأشياء كلها قد يكون أمراً ممكناً ولكنه بعيد الاحتمال كثيراً وليس ذلك فحسب فلو أن هذه الأشياء التي أنجزتها ليست ما تريده فعلياً من الحياة، فلن تشعر بأنك ناجح حتى لو حصلت عليها كلها.

عليك كإنسان عاقل أن تكون متنبهاً لأقصر الطرق المؤدية إلى النجاح ولو سألت ما هو هذا الطريق المختصر إلى النجاح لقلت لك إنه التفكير أكثر فأكثر فيما يعنيه النجاح لك.. في النهاية، أنت تجعل نفسك ناجحاً أم غير ناجح بحسب الطريقة التي تحدّد فيها النجاح.

مما لا شك فيه أن أكبر غلط يرتكبه الناس هو فشلهم في تحديد معنى النجاح بالنسبة لهم. شخصياً أنا أعرف ماذا يعني النجاح لي.. ماذا عنك أنت؟ هل تستطيع على وجه الدقة أن تحدّد الفرق ما بين تعريفك للنجاح وما بين التعريف المعتاد المرتبط بالشهرة والثروة. إن لم يكن لديك تعريفك الخاص فهذا يعني أنه ليس عندك أهداف متميزة أو أحلام تسعى إلى تحقيقها.

★ افكار تغيّر حياتك

عندما تمعن التفكير في ما هو النجاح حقاً فقد تشعر بالخوف من معرفة الجواب.

قد يكون عليك أن تحطّم ذلك الحلم الذي نسجته.

عندما يكون هدفك هو النجاح بالمعنى المتعارف عليه، فستشعر دائماً بعدم الرضا وعدم تحقيق الذات.

العمل حتى عندما أكون راضياً عنه ليس أبداً الولد الذي أحب أو الخادمة التي أجبرها على طاعتي مرغمة، إنه مجرد اشتغال عادي أقوم به وجزء مني يراقب بحنق كيف أهدر حياتي سدىً.

روث بينيديكت

عندما يدنو الموت تبدو بعض مظاهر النجاح سخيفة جداً.

دونالد ميلر

عليك أن تكون منطقياً بالنسبة لدرجة النجاح التي تأمل أن تحرزها.. فاكبر عقبة تواجه الإنسان للوصول إلى النجاح هي توقعه إحراز نجاح كبير. أما وضع الأهداف المنطقية فيجعل وصولك إلى النجاح أسهل وأيسر. ولكن لا تتمادَ في الرغبة بأن يكون طريقك سهلاً للغاية.. لا ينبغي أن يكون هدفك هو تحقيق كل شيء بسهولة. فعندئذ لن يمنحك التوصل إلى تحقيق هدفك الشعور بأنك أنجزت شيئاً كما سيجعلك تشعر بقليل جداً من الرضا.

تأكد أنك لن تشعر بالسعادة والرضا إلا إذا حققت شيئاً مهماً وينبغي أن تكون المخاطرة وبذل الجهود جزءاً من السعي للوصول إلى النتائج التي تمنحك الشعور بأنك أنجزت شيئاً حقيقياً. والجوهر في هذا أن تُحدِّد أهدافاً صعبة بعض الشيء بحيث تشكّل نقطة تحوّل في حياتك على أن تكون هذه الأهداف متواضعة إلى الحد الذي يمكن فيه تحقيقها. ففي النهاية، لو حددت أهدافاً متوسطة الصعوبة واستطعت تحقيق معظمها لكان ذلك أفضل بكثير من تحديد أهداف صعبة جداً لن تستطيع بلوغ أي واحد منها. يستحسن أن تأخذ في الحسبان كل أوجه حياتك وأنت تحدّد ما يعنيه لك النجاح، مع الحرص على التفاصيل الدقيقة حرصاً شديداً.

فمن الضروري أن يشمل النجاح جميع الأشياء التي تجعلك سعيداً في الحياة.. أما هذه «الأشياء» فهي العمل الهادف والصحة الجسدية والعقلية والروحية والصداقة والحب والإحساس بالأمان وراحة البال والحصول على وقت فراغ كبير.

قد تتساءل، بدافع الفضول، عما هو النجاح بنظري أنا.. ومع أن تعريفي للنجاح قد يتغير مع الوقت لكنه لا يتبدّل إلا قليلاً بالحقيقة.. النجاح من وجهة نظري هو التمتع بالحرية والاستقلالية

هناك شيء واحد قد يخيب أملك أكثر من الفشل وهو النجاح نفسه، والسبب أن النجاح لا يجلب لنا دائماً ما نتوقّعه منه.

حالما تبلغ النجاح الذي لطالما حلمت به قد يبدو لك هذا النجاح سخيفاً جداً. . لا سيما إذا كنت قد كرّست حياتك من أجل النجاح على حساب حياتك نفسها.

نادراً ما يرى الناس الخطوات العرجاء المؤلمة التي نخطوها لبلوغ أتفه أنواع النجاح.

آن ساليڤن

إن أفضل حكمة تأتي مع النجاح هي المعرفة بأن هذا النجاح ليس شيئاً ينبغي أن نتوق إليه.

ليف ألمن

لاختيار ما أفعله في حياتي. وهذا معناه أن أفعل ما أرغب فيه في الوقت الذي أختاره أنا وليس أحد غيري.

بعدما أستيقظ في الصباح وأتناول فطوراً خفيفاً؛ أبدأ بممارسة النشاطات الأكثر أهمية بالنسبة لي وهي ممارسة الرياضة مدة ساعة أو ساعتين للمحافظة على صحتي والقيام بأنشطة ترفيهية أخرى كملاقاة أصدقائي على الغداء. . والواقع أنني على عكس غالبية الناس. . فأنا أعمل متى استطعت وعادة تراني أكتب على كمبيوتري المحمول في أحد المقاهي المفضلة عندي. . ومعظم الأيام ينتهي بي الأمر أن أعمل أربع أو خمس ساعات فقط أو ربما أقل أحياناً. . ولكنني بين الحين والآخر قد أعمل سبع أو ثماني ساعات.

رغم أنني لا أجني من المال القدر الذي قد أجنيه فيما لو عملت ساعة أو ساعتين إضافيتين، تجدني أعيش بحرية ورغد. . وأنا لن أقايض أسلوب عيشي هذا مقابل عمل مرهق قد يكسبني مليون دولار في السنة. والحقيقة أنني لن افعل ذلك ولو لسنة واحدة فقط. وهذا كان موقفي منذ سنوات عدة عندما كنت أتخبط في أوضاع مالية صعبة، فقد كنت مديوناً بثلاثين ألف دولار، وكنت أحياناً لا أعرف من أين سيأتي إيجار المنزل لهذا الشهر فالنجاح بالنسبة لي يعني أن يكون لدي في حسابي المصرفي مليون أو مليونا دولار ولكني لا أنكر أنني قد أشعر بالرضا فيما لو توصلت إلى اكتساب هذا القدر من المال من خلال أعمالي المبدعة.

من الناحية المادية أنا أعتبر النجاح الحقيقي هو القدرة على إدارة المال بحكمة حتى لا أعاني من صعوبات مادية. . وهذا يعني أن أجني المال من أجل شراء اللوازم الضرورية في الحياة وأن أجني بعض المال الإضافي من أجل إنفاقه على بعض

★ أفكار تغيِّر حياتكَ

من السهل جداً أن تتسمّم حياتك من جراء الحلم بما قد يضيفه النجاح التقليدي إلى سعادتك.

ولكن النجاح التقليدي، والسعادة شيئان مختلفان قلباً وقالباً.

النجاح التقليدي الذي هو عبارة عن الحصول على منزل كبير وشاليه على البحر وسيارتين أو ثلاث من أحدث السيارات وأفخمها وزوج جذاب جداً والعمل في موقع نفوذ، لن يَصْلُحَ إلا إلى تعقيد حياة معظم الناس.

جعل النجاح رجالاً كثيرين أشخاصاً فاشلين في حياتهم الخاصة.

سندي آدامز

الكماليات كالذهاب إلى المطاعم الفاخرة مرتين أو ثلاث مرات في الأسبوع.

النجاح المادي أيضاً هو الشعور بالحرية الذي ينتج عن ادّخار مبلغ من المال، وهذا المال يمكن أن يكون مفيداً فيما لو أردت لمدة عام مثلاً ألا أفعل شيئاً إلا اللهو أو فيما لو شحّ دخلي المادي لسبب ما.

النجاح بالنسبة لي هو ليس فقط الحصول على الوقت بل القدرة على الاستمتاع بالنشاطات الترفيهية.. هناك العديد من أصحاب المليارات والملايين الذين يملكون المال لينفقوه على أغلى الألعاب في العالم ولكن مشكلتهم أنهم لا يملكون القدرة على التقليل من مشاكلهم وعلى الاستمتاع بالأعمال التي لن تكلفهم أي مال. والواقع أن أصحاب الملايين الذين لا يملكون الوقت للتوقف والتحدّث إلى أحد المارة في الشارع مدة خمس دقائق ليروا ما الذي يحرّكه ويدفعه قدماً في هذه الحياة هم أشخاص يفوّتون على أنفسهم الكثير الكثير من الأمور في الحياة.

بكلام آخر إن أصحاب المليارات هؤلاء لا يُعتبرون ناجحين جداً لأن المال والعمل يتحكمان بحياتهم وهم محرومين من الوقت الذي يخوّلهم الاستمتاع بأبسط الأمور في الحياة فإن لم يستطيعوا الاستمتاع ببعض الأنشطة الترفيهية البسيطة فمن المحتمل ألا يحصلوا على المتعة من الأنشطة الترفيهية الغالية التي يستطيع المال شراءها.

النجاح بالنسبة لي هو أكثر من مجرد الحصول على وقت فراغ كبير.. إنه أيضاً عبارة عن حسن استعمال وقت الفراغ هذا. فالمحافظة مثلاً على الصحة في أي عمر كان يجب أن تكون من

★ افكار تغيِّر حياتك

نجد في الحياة المعاصرة كما نجد في المسرحيات التراجيدية الاغريقية أناساً ناجحين ولكنهم غير سعداء. .
فهل على هذا الأمر أنْ يدهشنا؟
هل لاحظت أن الحصول على النجاح المتعارف عليه أسهل بكثير من الحصول على السعادة؟
هناك عشرات الآلاف من الناجحين المصابين بالأمراض النفسية.
لكن ليس بينهم من هو سعيد.

لا شيء يتقهقر ويتراجع كالنجاح.

بريان فوربز

أولويات اهتماماتنا ولا يتحقق هذا إلا عبر تخصيص جزء من وقت الفراغ يومياً للتمارين الرياضية المناسبة ولممارسة رياضة التأمل.

والنجاح فوق ذلك كله هو تحديد هدف يستحق السعي وراءه. وهدفي هو مساعدة الناس على تطوير قدراتهم وجعلهم يتقدمون باتجاه تحقيق بعض أحلامهم. . ولقد تلقيت كالعديد من الكتاب ردوداً من القرّاء. والحقيقة أنه ليس هناك ما يبعث الرضا إلى النفس أكثر من استلام رسالة أو بريد الكتروني أو اتصال هاتفي من أشخاص استفادوا كثيراً من قراءة كتبي.

ثمة مكون آخر من مكوّنات النجاح ألا وهو تحقيق أحلامي بغض النظر عما بلغت من العمر. فأحد أحلامي مثلاً هو أن أجعل أحد كتبي يتربع على لائحة أفضل الكتب مبيعاً في إحصاءات New York Times ومع أن تحقيق هذا الحلم ليس هدفاً أساسياً لسعادتي، إلا أنني سأشعر برضا عارم فيما لو تمّ لي ذلك. هذا أحد الأهداف التي تبقيني متحمساً للعمل والتي تجلب إليّ بعض النجاحات الصغيرة وأنا في طريقي إلى تحقيق هذا الهدف الكبير.

ما ذكرته عما يعنيه لي النجاح هو أكثر من كافٍ. والآن فلنعد إليك عزيزي القارىء. من جديد أسألك السؤال الرئيسي: ماذا يعني لك النجاح حقاً؟ فعدم رفع سقف توقعات ما ستقدّمه لك الحياة الناجحة هو الذي سيحدد درجة شعورك بالنجاح. ولكن في الوقت ذاته لا يفترض بك أن تسخّف أهدافك حتى لا تحرم نفسك من الشعور بالرضا الناتج من تحقيق أهداف ذات أهمية.

من المهم أن تكون صادقاً مع نفسك. فلو راقبت حياتك عن كثب لأدركت أن بعض الأشياء التي تريدها في الوقت الحاضر وتسعى وراءها بحماسة قد تكون أقل أهمية لسعادتك. ومن جهة

★ أفكار تغيِّر حياتك

لبلوغ النجاح الحقيقي علينا أن نعرف بوضوح ما نريده من الحياة.

ليست أكبر مشكلة أننا لا نستطيع الحصول على ما نعتقد أننا نريده.

بل أكبر مشكلة أننا عندما نحصل على ما نعتقد أننا نريده، نجد أن ما حصلنا عليه ليس ما نريده فعلاً.

عدم معرفتنا لما نريده بالتحديد هو ما يحول بيننا وبين الحصول على ما نريد.

إحرص على الحصول على ما تحب لئلاّ تكون مجبراً على أن تحب ما تكره.

جورج برنارد شو

النجاح عند بعض الناس هو أن يصبحوا مشهورين أما عند البعض الآخر فهو أن يعيشوا بسلام بعيداً عن الأضواء.

آشلي بريلينت

أخرى هناك أشياء تهملها في الوقت الحاضر ولكنها ضرورية لكي تشعر بالسلام الداخلي والرضا عن نفسك.. إذا أردت أن تحوّل حياتك نحو الأفضل فقد تحتاج إلى تغيير علاقتك مع المال والممتلكات المادية والوقت والعمل والنشاطات الترفيهية وعلاقتك مع الناس أيضاً.

لن تصل إلى مرحلة تقول فيها إنك شخص ناجح عندما تصبح من أصحاب الملايين، بل عندما تدرك أنك لن تستطيع أن تكون أكثر سعادة في هذه المرحلة بغض النظر عن كمية المال الإضافية التي تملكها.. بعض الناس يشعرون بالسعادة وليس في رصيدهم أكثر من عشرة آلاف دولار فيما لا يشعر بها أناس آخرون أبداً رغم امتلاكهم ملايين الدولارات.

في النهاية لن تستطيع أن تعيش عيشة ناجحة إلا إذا استطعت التحكم بعقلك.. والواقع أنك لن تكون متحكماً بعقلك فيما لو كنت تسمح لأصدقائك ومجتمعك ولوسائل الإعلام والمعلنين بالتأثير في تعريفك للنجاح الحقيقي. وبناء على ما ذكرناه، يجدر بك أن تخصص بانتظام بعض الوقت في تقييم وإعادة تقييم ما يعنيه النجاح لك، لك وحدك.

إن الدليل الأكيد على أنك تسير في الاتجاه الصحيح نحو حياة هادئة وعامرة سعيدة هو تعريفك لمفهوم النجاح بطريقة مختلفة عن التعريف الذي يمتلكه أي شخص آخر على وجه الأرض. والواقع أن التعريف الأفضل للنجاح، والتقويم الأفضل لما إذا كان المرء قد بلغه، يصدران دائماً عن الشخص المعني وليس عن المحيطين



إن عدم قيامك بأي شيء من أجل ما تريده هو أصعب بكثير من العمل الشاق لتحقيق ما تريده

السؤال المهم كان «ما يعنيه النجاح لك؟» أما السؤال الأهم فهو «كيف تنوي أن تحققه؟». . إن هدف هذا الكتاب هو كيف تكون أكثر نجاحاً عبر التفكير أكثر والعمل أقلّ مما يعمل أي شخص عادي في المجتمع. ولكن ذلك لا يعني أن ندافع عن الكسل الفارغ.

إذا كنت تريد أن تنتشل نفسك في السنوات القادمة من المستنقع الذي تعيش فيه اليوم؛ وتنتقل إلى مكان يشبه أحلامك، فعليك أن تقوم ببعض التغييرات في حياتك، كأن تعيد النظر بأشياء كثيرة كنوعية الرفاق الذين تعاشرهم وتحديد الوقت الذي تقضيه في مشاهدة التلفزيون ودرجة اندفاعك للعمل ومدى استخدامك لقدراتك الإبداعية ومعتقداتك والمهنة التي اخترتها والأمور التي أنت مولع بها، كما عليك أن تتأكّد ممّا إذا كنت تعاني من عارض نفسي يوسوس لك أن العالم يدين لك بأشياء. والواقع إنك ستحتاج إلى بذل بعض المجهود إما من أجل أن تعمل أكثر، وإما من أجل أن تغيّر نوعية عملك وإما من أجل أن تعمل بذكاء أكبر.

حتى تمضي قُدُماً باتجاه تحقيق أحلامك ستظل تحتاج للقليل من الشجاعة والعمل. . فحتى على صيّاد السمك ذاك الذي كان يعيش حياة قانعة هادئة سعيدة أن يعمل شيئاً من أجل تأمين معيشته. قد يعمل بضع ساعات في النهار فقط ولكن عليه أن يعمل حتى يجني من المال ما يؤمن له حاجته من الطعام واللباس وعليك أنت أن تقوم بالشيء نفسه إذا أردت أن تنعم بالسعادة والرضا.

بعض الناس يفضلون الحصول على ما يريدون بدون أن يفعلوا

★ افكار تغيِّر حياتك

إن الحصول على النجاح عبر تحديد أهداف لا تستهوينا هو بصعوبة الحصول على المتعة من استعادة ذكريات أحداث لم نعشها.

إذاً، كن واضحاً حين تقرّر أي نجاح تريده وكيف تنوي أن تبلغه.

الفكرة التي لا تؤدي إلى عمل هي ليست شيئاً كثيراً والعمل الذي لا ينبع من فكرة هو ليس شيئاً البتة.

جورج برنانوس

إذا كانت «A» هي النجاح في الحياة فـ A تساوي x زائد y زائد Z. العمل هو x ولا هي اللعب و Z هو إبقاء فمك مغلقاً.

ألبرت آينشتاين

شيئاً للحصول عليه ولكن الوصول إلى النجاح بهذه الطريقة هو أقرب إلى المستحيل. فطريقة كهذه للوصول إلى النجاح هي صعبة جداً. إنّ عدم القيام بشيء من أجل تحقيق ما تريد هو أصعب بكثير من أن تعمل بجد لتحقيقه.

لعلك كمعظم الناس تميل إلى الوقوع في فخ الاعتقاد بأن شخصاً آخر سيتحمّل التحديات التي تواجهك في حياتك بما فيها دفع نفقاتك في هذا العالم. قد تشعر بأن لديك سبباً وجيهاً يجعلك تتوقّع من شخص آخر تأمين معيشة مريحة لك.. ليس في ذلك ما يتعارض مع سعادتك وراحتك لذلك سأفترض أنك على خلافي أنا، تستحق ذلك. ولكن لسوء الحظ أن ملياريّ شخص في العالم يفعلون الشيء نفسه، أي يتكلون على غيرهم لتأمين معيشتهم لأنهم يعتمدون على الحجة ذاتها، وهي أنهم يستحقّون ذلك.

ولكن من غير المحتمل أن يقوم أي شخص بتأمين المعيشة المريحة لك ولملياري شخص من الناس.. وحتى لو كان ممكناً لنا أن نحصل على بعض الأشياء من غير مجهود، فلن يعتبر هذا نجاحاً. علينا كي نشعر بأننا ناجحون أن نختبر معنى الإنجاز وأن نشعر بأننا نستحق ما حصلنا عليه.

ما هذا بأمر معقد.. فأفضل طريقة للوصول إلى مبتغاك هو أن تبذل جهداً من أجله.. يمكنك أن تعمل من أجله عملاً شاقاً مدتُه طويلة، أو أن تكون خلاقاً أكثر فتعمل وقتاً أقلّ بحيث تجد بعض الوقت لتستمتع بما حصلت عليه. وفي كلتا الحالتين ستشعر بالرضا لأنك حصلت على ما تريده من الحياة. علماً أن الطريقة الثانية تسمح لك بالاستمتاع بالحياة أكثر.

الهدف هو إذاً بتعبير أبسط، الحصول على بعض ما تريده من الحياة بدون الشعور بالقلق والضغط النفسي الشديد. اختر عدداً

★ **أفكار تغيّر حياتك**

حدّد وجهتك بوضوح قبل أن تحدّد السرعة التي تريد أن سافر بها

معظم الناس في المجتمع هم على عجلة من أمرهم لموصول إلى أماكن لا تستحق الذهاب إليها.

في الحياة، أهمية تحديد الاتجاه الذي تريد أن تذهب فيه هم بأشواط من سرعة المسير باتجاه الهدف.

في الحقيقة إن لم تكن تعلم إلى أين تذهب فعبثاً تجري سرعة.

لا تخلط أبداً ما بين الحركة الفارغة والعمل.

أرنست هامينغواي

اسأل نفسك عن سر نجاحك. ثم أصغِ إلى جوابك وطبّقه.

ريتشارد باخ

معقولاً لساعات العمل.. قد يكون ثماني ساعات باليوم أو ربما ساعتين أو ثلاث ساعات.. وبعد ذلك تأكد من تقديم أفضل ما عندك خلال هذا الوقت ـ لا أكثر ولا أقل ـ.

أنا لا أحب أن أن أعمل أكثر من خمس ساعات في اليوم ولكنني عندما أعمل تجدني عاملاً مجداً.. وأنا أحاول دائماً أن أعطي أفضل ما عندي... حتى اليوم كل كتاب من كتبي التسعة تمّ نشرها عند ناشرين مشهورين، مع أن خبراء الكتب يعتقدون أن من أصل عشر مخطوطات تقدّم لدور النشر في شمال أمريكا هناك كتاب واحد تقريباً يُنشر.

كيف استطعت نشر كتبي كلها فيما مجمل عدد الكتّاب لا ينشر لهم سوى 10% من مخطوطاتهم؟ أنا ببساطة أفعل ما عليّ فِعله. في البداية رفض الناشرون خمسةً من كتبي فكان أن نشرتها بنفسي حتى أبرهن قيمتها في السوق.

الواقع أن كتابي «متعة عدم العمل» (The Joy Of Not Working) الذي كان من بين أكثر الكتب مبيعاً ورواجاً في العالم قد نشرته بنفسي في البدء عام 1991 والسبب أنه لم يرغب أي ناشر في نشره.. حتى أنني اضطررت إلى استدانة نصف كلفة نشره من أمّي. فلم أكن أملك في البنك غير خمسة آلاف دولار وكنت مديناً للمصرف بثلاثين ألف دولار في ذلك الوقت.. ومنذ ذاك الوقت لم ينشر كتابي «The Joy Of Not Working» من دار «Ten Speed Press» المعروفة في الولايات المتحدة فحسب بل تُرجم أيضاً من قبل ناشرين صينيين ويابانيين وكوريين وفرنسيين وبرتغاليين وبولنديين وهولنديين ويونانيين وألمان وإيطاليين.. ولا داعي للقول بأن نشر كتابي بجميع هذه اللغات قد أشعرني بالنصر والنجاح. ما كان ذلك ممكنا لو لم أبذل قصارى جهدي خلال الأربع أو

لا تبالغ في توقّعاتك.

التوقعات المبالغ بها هي المصدر الرئيسي للخيبة وعدم الرضا في هذا العالم.

الأشياء العظيمة التي تنتظرها قد لا تكون بانتظارك.

متى كانت آمالك كبيرة جداً، انتهى الأمر بما تريده وما تنوي الحصول عليه في الحياة إلى شيئين مغايرين كلياً.

عندما تكون توقّعاتك فائقة الحدّ، توقّع أن يصبح ما تريده من الحياة وما ستحصل عليه فعلاً، أمرين مختلفين تمام الاختلاف.

إذا كانت سعادتنا مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالظروف التي نعيشها، فمن الصعب ألا نطلب من الحياة أكثر مما تستطيع أن تمنحنا إياه.

برتراند راسل

يميل جميع الناس إلى الإيمان بتحقّق أحلامهم ابتداءً من ورقة يانصيب رابحة إلى جواز مرور إلى الفردوس.

لورد بيرون

الخمس ساعات التي أعمل فيها كل يوم.

لاختبار نجاح مماثل لنجاحي في أي حقل من حقول العمل عليك أن تبذل أقصى جهدك. لا خطأ أبداً في اعتماد طريقة مريحة أكثر من أجل كسب رزقك.. والواقع أن نخبة الكوادر يكافحون من أجل إقامة توازن صحي ما بين العمل واللهو. فهم يعرفون أن هناك أشياء أكثر علينا أن نعيشها غير ساعات العمل المضنية الطويلة. لكن نقيض هذه الحال ليس الحلّ أيضاً.. فتكريس وقتك كله على أنشطة فارغة يحرمك من الوقت لممارسة الأنشطة البناءة والخلاّقة التي تعتبر مهمة جداً من أجل الحصول على النتائج المثمرة.

«ولكنني أريد أن أعرف بعض الطرق التي تساعدني بالتحديد على جني مبلغ كافٍ من المال في السنوات الخمس القادمة لأستطيع التقاعد والعيش عيشة مرفّهة مريحة لما تبقى لي من عمري» هذا جواب تسمعه غالباً من الناس ولكن العالم للأسف لا يمشي بهذه الطريقة.. فلو كان هذا الهدف مهماً لك، فلن تجد أحداً يحقّقه بالنيابة عنك. عليك أن تضع خطة واضحة واستراتيجية مناسبة للحصول على ما تريد من الحياة. والواقع أن ملايين الناس في العالم يستطيعون بلوغ أهدافهم بمجهودهم الشخصي. أنا استطعت ذلك ويمكنك أنت أيضاً أن تنجح بجهدك الخاص.

قد لا يكونُ سهلاً الحصول على ما تريد ولكن التحلي بالأمل قد يساعدك على تحقيق ما تريد. في الكتب وحدها هناك احتياطي كبير من المعرفة التي يمكن لأي شخص الاستفادة منها.. فالجواب عن أي مشكلة قد تتخيلها موجودة في مكان ما في إحدى المطبوعات.. وليس عليك إلا إيجاده. عندما بدأت العمل في هذاالمجال، مجال الكتابة، لم يكن لدي أدنى فكرة عن كيفية نشر

★ أفكار تغيّر حياتك

ستخيب الحياة أملك **دائماً عندما تتوقع الحصول على كل** ما تريده.

يعلمنا الحكماء أن **تدريب أنفسنا على الشعور بالرضا** حتى لو لم نحصل **على كل الأشياء التي نرغب فيها هو** أمر أساسي لتحقيق **النجاح وللحصول على السعادة في** هذا العالم.

الأمل بحد ذاته هو ضرب من ضروب السعادة لا بل هو السعادة الأهم التي يمنحها هذا العالم، ولكن الإفراط في الأمل حاله كحال معظم المتع الأخرى المستهلكة دون هوادة قد تكون كفّارته الألم. أما إطلاق العنان للآمال فسينتهي بخيبة أمل.

صامويل جونسون

أي كتاب، فكل ما احتجته وقتذاك هو معرفة «فن الكتابة» وكيفية نشر الكتاب بنفسي وكيفية بيع حقوق كتبي إلى الأجانب وابتداع طرق تسويق لكتبي.. وكنت قادراً على تعلّم ذلك كله عبر قراءة الكتب.

هناك كمية هائلة من المعلومات المتوفرة لك بغض النظر عما تريد إنجازه.. فبالإضافة إلى الكتب، يمكن الاستناد إلى مصادر ممتازة أخرى أيضاً كحضور الندوات والرجوع إلى المستشارين والإصغاء إلى البرامج الحوارية على الراديو والبحث على شبكة الانترنت.. وثمة أناس آخرون اكتسبوا معرفة كبيرة وحكمة مميزة وقد جعلوهما متوفرتين للناس إما بدون مقابل مادي أو بسعر زهيد نسبياً. ليس الحصول على المعلومات صفقة رابحة فقط بل المعلومات وسيلة إذا استعملتها تجعل حياتك أيسر وأسهل وتتجنب ارتكاب الأخطاء ذاتها التي ارتكبها هؤلاء الناس.

من المؤكد أن درب النجاح محفوف بالعوائق.. وعليك أن تعمل حتى ولو لأربع أو خمس ساعات باليوم.. فمع أن الكسولين المنتجين يتّبعون طريقة مريحة لتحقيق ازدهارهم وحريتهم المادية إلا أنهم يعرفون أيضاً أن بذل الجهد مطلوب من أجل الحصول على كل ما يستحق أن يُمتلك في الحياة.

مؤخراً احتلت كاتبة أخرى هي جو رولنغ Jo Rowling مؤلفة سلسلة «هاري بوتر» عناوين صفحات المجلات بما في ذلك إحتلال إحدى قصصها موضوع الغلاف في مجلة Time Magazine.. لقد بيع من هذه القصص خمسة عشر مليون نسخة والكاتبة Rowling هي اليوم مليونيرة كبيرة. يبدو من خلال معظم المقالات الصحفية أن رولنغ التي انتقلت من الفقر المدقع إلى الغنى الفاحش... والتي كانت تقوم بمعظم كتاباتها في المقاهي،

★ أفكار تغيِّر حياتك

لن تستطيع الحصول على كل ما تريد ولكن لا تدع ذلك يمنعك من الحصول على العديد من الأشياء التي تقدر أن تحصل عليها.

مهما كانت طموحاتك وحدودك، أنت قادر على الحصول على أكثر مما تعتقد بكثير.

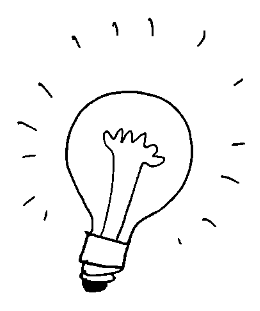
ولكن سيتوجب عليك أن تكون خلاّقاً جداً وأن تعمل على الأقل فترة لا بأس بها حتى تحصل على ما تريد.

لقد رزق اللّه سبحانه وتعالى لكل عصفور «دودة» ولكنه لم يسقطها في عشه.

پ.د. جايمس

قد اصبحت ناجحة بين ليلة وضحاها تقريباً. ولم يُشر إلا قليلاً إلى المجهود الذي بذلته في كتابة رواياتها وإلى الصبر الذي تحلت به وإلى المثابرة التي دأبت عليها. الواقع أن كتابها الأول قد استغرق أكثر من خمس سنوات من العمل والكتابة.

ضع في بالك دائماً أن للتحلي بالصبر ومواجهة بعض العوائق الموجودة على طريق النجاح جانباً إيجابياً، فالوصول إلى مبتغاك سيشعرك بالسعادة. إن لم تكن تملك الكثير من المال ثم توصلت إلى الغنى من خلال كدّك وسعيك، فسيشعرك ذلك برضا أكبر من رضا أولئك الذين ولدوا وفي فمهم ملعقة من ذهب.





لا يمكنك دائماً الحصول على ما تريد ولكن يمكنك الحصول على أكثر مما تظن نفسك قادراً عليه

عندما ترى سيارات المرسيدس والبورش والـ BMW والفورد ليكسوس تتجول في شوارع مدينتك الأنيقة قد تفكر في أنك تفوّت عليك أشياء كثيرة يقدِّمها لك هذا العالم. . وقد تتوق ـ كما يحدث لي عندما لا أفكر بصفاء ـ إلى الحصول على مرسيدس حمراء حديثة الطراز أو قد تتوق إلى سيارة بورش مكشوفة. . فإن أردت أن تكتشف ما إذا كان حصولك على سيارة فخمة جديدة قد يجلب فرحاً أكبر إلى حياتك فما عليك إلا أن تفعل كل ما يمكّنك من الحصول على واحدة.

تأكد أنك لن تستطيع الحصول على القدر الكافي من المال لشراء كل ما تريده في هذا العالم ولو حصل أن نلت كل ما تريده فسيشعر سائر الناس بالعداء تجاهك. . ولكن يحتمل أن تكون كمعظم الناس ممّن لا يقدّرون حق التقدير ما يستطيعون اكتسابه وإنجازه في هذا العالم. . مع أنك لن تستطيع دائماً الحصول على ما تريد، إلا أنك قد تحصل على أكثر مما تعتقد نفسك قادراً على الحصول عليه. . يمكنك مثلاً الحصول على سيارة فخمة باهظة الثمن إذا كانت حيازتها مهمة لك حتى تشعر بأنك ناجح أكثر.

ثمة سؤال مهم يطرح نفسه «هل تعتقد اليوم أنك ناجح أم غير ناجح؟» إن أي شعور بعدم النجاح سيحدّ من النجاح الذي قد تحرزه في المستقبل. النجاح يُوّلد النجاح ولكن ليس بالطريقة التي يعتقدها معظم الناس. . فالناس يعتقدون أننا حتى نصل إلى أعلى درجات النجاح بسهولة، علينا أن نكون قد حققنا قبل ذلك نجاحاً متوسطاً. . وهذا ما قد يؤدي إلى حلقة مفرغة. فاعتقادك أن عليك

★ أفكار تغيِّر حياتك

هناك أمور ثلاثة تساعدك في الحصول على ما تريده حقاً من الحياة:

الأول هو الموقف الإيجابي مما تقدّمه الحياة.

الثاني هو الموقف الأول عينه.

والثالث هو الموقفان الأول والثاني.

وكل ما فعلتم فاعملوا من القلب كما للربّ ليس للناس.

رسالة بولس الرسول إلى أهل كولوسي 3: 23

يتوقف ارتقاء الرجل أو سقوطه، نجاحه أو فشله، سعادته أو تعاسته على موقفه من الأمور. إن موقف الرجل هو الذي يخلق الوضع الذي يتخيله.

محمد علي كلاي

ان تحقق بعض النجاح أولاً قبل أن تصل إلى نجاح كبير، سيمنعك حتى من تحقيق نجاح متوسط.

الواقع أنك تستطيع تحقيق نجاح كبير بغض النظر عن مقدار النجاح الذي أحرزته سابقاً. . فمجرد اعتقادك أنك حققت نجاحاً حتى لو كان الناس يعتبرون هذا النجاح قليلاً، سيضعك في حالة نفسية تسمح لك بالتوصل إلى المزيد من النجاح.

إن إحساسك بالنجاح مهما كان ما تملكه حالياً من ممتلكات مادية وأموال وإنجازات وموهبة سيحثك على السعي وراء أشياء أخرى تحبها. . وسيجعلك مزاجك الايجابي هذا تحقق الغايات التي تريدها بشكل أسهل بكثير. . هذه هي استراتيجية «الكسول المنتج». . إيجاد أسرع وأسهل طريقة للوصول إلى حيث يريد.

هناك فكرة جيدة هي أن تدوّن على دفتر صغير كل ما تملكه من حسنات وكل ما أنجزته من انجازات تربوية أو عملية أو رياضية حتى. لا تكن خجولاً أو متحفظاً بل دوّن كل ما قاله الناس عنك من مديح. واذكر على لائحتك أيضاً عدد الأصدقاء الحقيقيين الذين اكتسبت صداقتهم.

كلما شعرت أنك محبط وغير ناجح راجع لائحة نجاحك وهنّىء نفسك على كل الإنجازات التي حققتها بغض النظر عن حجم هذه الإنجازات. وسرعان ما ستدرك إلى أي درجة أنت ناجح في الوقت الحالي وإلى أي درجة قد تكون ناجحاً في المستقبل. إن الإحساس بالنجاح بما لديك سيهيء لك الأرضية النفسية التي توحي لك بالسعي إلى تحقيق النجاح في مجالات عدة في حياتك، مجالات كنت إلى الآن تتجنّبها.

العقبة الثانية التي تعيق نجاحنا هي عدم رغبتنا في تقبل مسألة أن العالم قد يكون راغباً في إعطائنا أشياء كثيرة نريدها. . ولعل خوفنا

★ أفكار تغيّر حياتك

من المؤكد أن أي موقف سلبي تتخذه لا مفرّ من أن ينعكس عليك سلباً.

سوف تصادف أينما ذهبت أشخاصاً يزعجونك ويثيرون المتاعب في حياتك.

اسأل نفسك كل صباح: «بأي موقف سأواجه الحياة اليوم؟».

فإن كان موقفك سلبياً، فاسدِ نفسك خدمة وغيّره حتى يصبح إيجابياً.

كان رجلاً عصامياً وهو لا يدين لأحد بافتقاره إلى النجاح.

جوزيف هيلر

إن لم تستطع أن تكون قدوة صالحة، فلن تستطيع أن تكون إلا عبرة لمن اعتبر.

كاثرين إيرد

من إمكانية النجاح أكبر من خوفنا من الفشل ـ والغريب أن بعض الأشخاص لا يريدون التخلي عن أفكارهم السلبية التي كانت جزءاً من حياتهم ردحاً طويلاً من الزمن. علينا أن نتخلى عن انتقاد الناجحين وعدم الشكوى من ظروفنا البائسة وعدم حسد الموهوبين من الناس وتبني عوضاً عن ذلك كله نظرة إيجابية إلى هذا العالم.. إذ يبدو أن المحافظة على حالة مريحة مألوفة حتى لو كانت سيئة أسهل لنا من الانتقال إلى حالة جيدة لا خبرة لنا فيها! (الذي تعرفه أفضل من الذي يمكن أن تتعرّف إليه!).

يقدّم لنا العالم أموراً كثيرة، ليس على صحن من الفضة، بل على شكل «فُرص حياة». لسوء الحظ أن بعضنا يتعامون عن رؤية هذه الفرص التي تصادفنا، وحتى نستغلّ هذه الفرص ونحصل على الأشياء التي نريدها علينا أن نؤمن أننا نستحقها، وأن ننمي ثقتنا بأنفسنا، وعلينا أن ندرك أيضاً أننا نملك الموهبة والإبداع للحصول على أكثر مما نحصل عليه في الوقت الحاضر من الحياة.

إن تفعيل قدراتنا وإمكاناتنا هو المفتاح للاستفادة من الفرص التي ترميها إلينا الحياة.. والواقع أن بعض ضحايا الفقر والتربية السيئة والحظ العاثر والعلل الجسدية والثقافة المحدودة قد وصلوا رغم كل ذلك إلى نجاح منقطع النظير. في حين أن بعض أولئك الذين يملكون كل فرص النجاح من عائلة عريقة وتربية مناسبة وثقافة عالية وموارد مالية كثيرة وصحة ممتازة بدّدوا حياتهم بشكل لا يمكن تصوّره.

يذكر علماء النفس أن معظم الناس لا يحاولون تفعيل قدراتهم الكامنة كلها وليس ذلك فحسب بل إن معظم الناس لا يعرفون قدراتهم حتى. إن عدم تفعيل قدراتنا هو الطريقة المؤكدة لمنع أنفسنا من الحصول على ما نريده.

★ أفكار تغيّر حياتك

إن غيّرت أفكارك وسلوكك فلن تغيَّر نفسك فحسب بل ستغيّر العالم من حولك.

كلّما كانت الطاقة الإيجابية التي تبثها في تصوّرك لحياة سعيدة ناجحة وعيشك بهذه الحياة، طاقة كبيرة، كلما انعكست تلك الطاقة الإيجابية في حياتك اليومية.

للحياة مظاهر بمقدار ما يوجد من مواقف تجاهها والحقيقة أن مظاهر الحياة تتغير كلما تغيرت المواقف من هذه المظاهر.

كاثرين مانسفيلد

إن أعظم اكتشافات جيلي هو أن الإنسان قادر بكل بساطة على تغيير حياته عبر تغيير طريقة تفكيره.

وليم جايمس

في هذا الإطار، أنا أعرف حدودي ككاتب. . فقدراتي في الكتابة لن تصل أبداً إلى قدرات جورج برنارد شو أو إلى أي كاتب آخر من الكتّاب الذين نالوا جائزة «نوبل». والحقيقة أن منحي جائزة نوبل في الأدب قد يؤدي إلى أحد أكبر الجدالات التي قد تحدث في المجتمع الأدبي في العالم يوماً.

ولكني لن أسمح لحدودي هذه بإيقافي عن كتابة الكتب التي أقدر على كتابتها وبغض النظر عن رسوبي ثلاث مرات متتالية في مادة اللغة الانكليزية في سنتي الجامعية الأولى، أنا أعرف أنني قادر أن أنجز ككاتب أكثر من ملايين الناس الذين يملكون قدرة في اللغة تفوق قدرتي بثلاثة أضعاف. . أنا أعلم أن معظم الموهوبين الذين يرغبون في الكتابة هم إما خائفون خوفاً شديداً من الفشل وإما منغمسون في نشاطات الحياة العبثية بحيث يعجزون عن محاولة تأليف كتاب.

لعلك، ككثيرين من الناس، قد فكرت عندما عرفت عنوان الكتاب الأكثر مبيعاً على لائحة New York Times، قائلاً: «بإمكاني تأليف كتاب أفضل من هذا». نعم، لربما بإمكانك ذلك. فلماذا لم تكتب إذن؟ ينطبق هذا أيضاً على أي إنجاز قام به شخص ما وأنت قادر على تقليده أو التفوق عليه، لاسيما إذا كنت راغباً في تحقيق شيء في هذا المجال بالتحديد ولم تقم به فإنك بانكفائك هذا والتحدث عما كان يمكن أن تنجزه تبخس نفسك حقها ولا تقدرها.

الحصول على أكبر عدد من الأمور التي نريدها ليس على تلك الدرجة من الصعوبة. ولا يتطلب ذلك أن تكون مميزاً عن الآخرين أو أن تعمل عملاً مجهداً لساعات طويلة. ذلك وقف على مدى استعمال ما نملك بفعالية وكفاءة. . وهذا يعني أن نكون قادرين

سنذكر هنا أربع حقائق أخرى من أرض الواقع:

الماء رطب.

الصخور صلبة.

أنت تملك ما يجعلك ناجحاً.

وليس عليك أن تعمل جاهداً من أجل هذا النجاح.

لقد نشأت في نيو إنغلند وتربيت على مبادىء جماعة البيوريتانيين البروتستانت (Puritan) التي تقول: إذا عملت جاهداً في الحياة كان جزاء عملك خيراً كثيراً.. فكلما بذلت جهداً في عملك، أصبحت أكثر حظاً. ولكن ما خلصت إليه أنا هو أنك كلما عملت بذكاء، كان ذلك أفضل لك.

كن بلانتشارد

على استغلال مواهبنا ومهاراتنا وطاقاتنا والاستفادة منها إلى أقصى حدّ ممكن. .

ما هي الأشياء التي أنت بارع فيها؟ ما هي الأشياء التي يمكنك أن تبرع فيها؟ لعلك بارع في التعامل مع الناس أو مع الأرقام. . قد تكون خلاّقاً أو فناناً أو شخصاً منظماً أو قائداً عظيماً أو شخصاً قادراً على حثّ الآخرين على العمل. على كل حال مهما تكن قدراتك وطاقاتك أنت قادر على الاستفادة منها في جني المزيد من المال وفي الحصول على ما تريد.

على الرغم من أنه ليس لدى معظم الناس دافع قوي للاستفادة من مواهبهم ومهاراتهم وطاقاتهم إلا أن عدداً كبيراً منّا ليس كذلك أبداً. فأن تكون في الفريق الأخير سيحمل إليك أشياء كثيرة تريدها من الحياة منها الشعور بالرضا والسعادة. . أما أن تكون في الفريق الأول فسيجلب إليك ارتفاعاً في ضغط الدم وسيكفل لك البقاء في وظيفة رديئة وسيبقيك في مستنقع «قرية الخاسرين». الحقيقة أن الفراغ والكآبة يلحقان بالناس الذين يتسكعون منتظرين من العالم أن يغرقهم بالثروة والأهمية.

إن اختيارك أن تكون في الفريق الأول يُسّهل الأمور على أولئك المنتمين إلى الفريق الثاني فلا مانع لدينا في تراجع حدّة المنافسة. فإن لم ترد المطالبة بحصتك من الأشياء الجيدة في الحياة فيسرّ جماعة «الكسولين المنتجين» أن يضموا حصتك إلى حصتهم. كان لدى إبراهام لنكولن كلمات في هذا الشأن: «قد يحصل الأشخاص المنتظرين على أشياء ولكنها الأشياء التي لم يعبأ بها أولئك الذين يعملون لشقّ طريقهم».



العمل الشاق لا يضاهي العمل الخلّاق المريح غير المتعب

لقد بتّ تعرف الحقيقة القاسية البسيطة: إن كنت لا تحصل من الحياة على مقدار كافٍ من المردود العاطفي والمادي فعليك أن تراجع نفسك لترى ما الذي تقدمه أنت للحياة. من الواضح أنه لكي تحصل على المزيد في هذا العالم، عليك أن تقوم بتغييرات في حياتك.

إليك الحقيقة الممتعة: ليس للعمل المضني دور كبير في النجاح، والنظام الطبيعي للعالم لا يفرض عليك العمل المضني الشاق حتى تكسب رزقاً جيداً وتستمتع أكثر في الحياة. بل على العكس؛ أن تعمل ساعات تقل عن عدد الساعات التي يعملها الناس وأن تعمل بالسرعة التي تناسب مزاجك قد يساعدان في الحقيقة على حصولك على الكثير الكثير من الحياة؛ مادياً وعاطفياً.

يبالغ معظم الناس في تقدير قيمة العمل الشاق للحصول على الغنى والسعادة. لقد خَلُص المرحوم جو كاربو صاحب كتاب «The Lazy man's way to riches» إلى القول: «إن معظم الناس منشغلون.. بكسب رزقهم إلى حدّ يجعلهم لا يجنون أي مال». أما ما كان يقصده كاربو فهو أن معظم الناس هم من الانشغال بأعمالهم التي تتطلّب منهم الكثير وهي غير مثمرة وبأنشطة ما بعد العمل التافهة بحيث لا يقدرون على تخصيص بعض المجهود الخلاق الأقل تطلباً للجهد والأكثر فعالية لاكتساب المال.

الحقيقة أن أصعب طريقة لضمان مدخول كبير هو العمل الشاق. ليس العمل الشاق معادلاً للعمل الخلاّق المريح. يعرف الكسول المنتج أن المشاريع المبتكرة المهمة تؤدي إلى نتائج مادية مذهلة

★ أفكار تغيّر حياتك

يمكن لأي كان أن ينجز شيئاً هاماً.

خلافاً للاعتقاد الشائع، المفتاح لا يكون عبر العمل الشاق بل عبر إيجاد العمل المناسب لإنجازه.

نحن نعيش في زمن يعتقد فيه الإنسان أنه قادر على الإبداع ولكنه في الواقع لا يعرف ماذا يبدع.

خوسي أورتيغا إي غاسيت

النجاح أمر بسيط. قم بما هو صواب، بالطريقة الصائبة والوقت المناسب.

أرنولد غلاسو

كل الأعمال التي تنفّذ في العالم تبدأ في المخيّلة.

باربرا غريزوتي هاريسون

وإلى رضا نفسي أكثر مما يؤديه العمل الشاق الطويل، ورأي الكسول المنتج هو على عكس رأي الناس الذين يلقون الخطابات العصماء عن فضائل العمل الشاق. إذا اخترت أن تكون «كسولاً منتجاً» تصبح شخصاً فعالاً إلى أقصى حد. ليس عليك أن تعمل جاهداً من أجل كسب معيشة محترمة بل عليك أن تعمل بذكاء.

يعبّر الشاعر W.H Auden عن رأيه في العمل بحكمة: «حتى يكون الناس سعداء بعملهم ثمة أمور ثلاثة ضرورية: يجب أن يكونوا مناسبين لهذا العمل ويجب ألا يعملوا كثيراً من أجله ويجب أن يملكوا الحس بالنجاح».. المكوّن الثاني في مكوّنات Auden الثلاثة هو الأمر الذي يتجاهله معظم الناس وينتهكونه. إن معظم الناس في المجتمعات الحديثة يخصصون وقتاً كبيراً لحياتهم العملية ولا يخصصون وقتاً كافياً لحياتهم الشخصية.

بسبب كل التقنيات الحديثة الموجودة تحت تصرفنا لا يحتاج أحد منّا إلى العمل الشاق كما كان يفعل الناس قبل عشرين أو خمسين سنة. إن أعظم فرصة للبحث عن أسلوب عيش صحي متوازن متوّفرة اليوم أكثر من أي يوم مضى في تاريخ الإنسانية ولكن الناس لسوء الحظ هم إما غير خلاّقين أبداً وإما هم يخشون الحرية بحيث لا يستفيدون من هذه الفرصة. يجب أن يكون هذا العصر المزدهر قادراً على مساعدة ملايين الناس الباحثين عن شخصيتهم الحقيقية عبر الأعمال الخلاّقة والتعبير عن الذات من دون أن يضطرّوا للعمل سوى بضع ساعات يومياً.

المؤسف أننا مضغوطون بالعمل والمتاعب بحيث لا نجد شخصاً واحداً من أصل عشرين يعمل فقط ساعات قليلة يومياً أو يأخذ عطلة لمدة سنة طلباً للراحة والاستمتاع بالحياة. والناس، ويا للتناقض! يبحثون عن شخصيتهم الحقيقية في الأوقات العصيبة

لم يُبرهن بعد أن العمل الشاق يضمن النجاح.
ملايين الناس بدأوا من أسفل السلّم وعملوا بجهد سنوات وسنوات وبقوا في الأسفل.
حتى تتجنب هذا المصير، اجعل أعمالك ترتكز على الأفكار الخلاّقة لا على فضائل العمل الشاق.
إن فعلت ذلك تزيد فرص نجاحك في هذه الحياة.

لا يعمل الغني من أجل كسب المال.

روبرت كيوزاكي

إليك وصفة للنجاح: انهض باكراً، إعمل بجد، و... نقّب عن البترول.

ج. بول غيتي

وليس في الأوقات الجيدة والسبب أن العديد من العاطلين عن العمل يملكون وقت فراغ لفعل شيء آخر عدا العمل.

كان تعطيلي القسري عن العمل هو الذي دفعني للبحث عن الحياة المتوازنة الحقيقية التي تسمح لي الآن بالعمل نصف ساعات العمل التي يعملها غيري من الناس. لقد طُردت من عملي كمهندس لأنني أخذت عطلة لم يوافق عليها رؤسائي. بقيت عاطلاً عن العمل مدة سنتين، أولاً بسبب الركود الاقتصادي وثانياً بسبب اختياري ألا أعمل.. كان طردي من العمل أفضل شيء حدث لي في حياتي المهنية كلها فبعد طردي هذا خضت غمار هذا التحول الذي جعلني أُقبل على حياة الاسترخاء التي أستمتع بها اليوم.

على عكس ما هو شائع، لا يعمل كل الناس جاهدين من أجل كسب رزق جيد.. إذا حسبنا عدد الذين لا يعملون عملاً مضنياً بحسب النسب المئوية نجد أن العدد صغير ولكن لو حسبناه بالأرقام الفعلية لوجدنا هذا الرقم كبيراً جداً.. مع أن نسبة فريق «العاملين على راحتهم» هي خمسة بالمئة ولكن فلنقل إن هذه النسبة هي اثنين بالمئة فقط فلو افترضنا أن عدد العاملين في الولايات المتحدة الأمريكية هو مئتا مليون شخص فهذا يعني أن هناك حوالى أربعة ملايين شخص يعملون أقل من غيرهم. يحتمل أن يكون العدد أكبر.. وهؤلاء العمّال الفريدون من نوعهم ينتشرون في البلدان ولكنهم يختفون بين ذاك العدد الهائل من المدمنين على العمل ومن الأشخاص الذين يعملون من الثامنة صباحاً حتى الخامسة مساءً، غير طامحين إلى البحث عن وضع أفضل.

مع أن معظم الناس في جميع الميادين المهنية يعملون عملا شاقاً لساعات طويلة إلا أن بعض الأفراد في كل مهنة من هذه المهن يعمل ساعات قليلة فقط. فلنأخذ على سبيل المثال الكاتب

يدل الاعتقاد بفضيلة العمل الشاق غالباً على العناد.

السؤال هو: لِمَ لا ينتقل الأشخاص الذين يعتبرون العمل الشاق على هذا القدر من الاخلاق والروعة، إلى بلد نامٍ ويعملون أربع عشرة ساعة باليوم في أحد مناجم الفحم الموجودة فيه؟.

نحن نعيش في عصر الإنسان فيه ناقص الثقافة ومرهق لكثرة ما يعمل. عصر يعمل فيه الإنسان كآلة صناعية حتى أنه تجرّد من ذكائه.

أوسكار وايلد

لن يملأ الكفؤ يومه بالعمل بل سيتهادى إلى مهمته وهو يبدو مسترخياً مطمئناً.

هنري دايفد ثورو

سومرست موم. . ففيما يعمل معظم الكتّاب ساعات طويلة نجد أن «موم» كان يجلس للكتابة في كل يوم من الساعة التاسعة والنصف صباحاً حتى الساعة الواحدة ظهراً وبعد ذلك كان يتناول الغداء ولم يكن بعد الغداء يفعل شيئاً له علاقة بالعمل.

قد تسأل: «ألم يكن موم يؤذي نفسه لأنه لم يكن يعمل إلا ثلاث ساعات ونصف باليوم فقط؟ الجواب «لا بالتأكيد». في نهاية حياته المهنية كان يعيش في ڤيلا أمامها بركة سباحة وكان يُوظِّف أربعة عشر عاملاً منهم مدير منزل وسائق وخادمتان وسبعة بستانيين. هذا ليس سيئاً أبداً بالنسبة لكسول!

ومع أن المشهور عن المحامين والمهندسين والأطباء والمستشارين طول الفترات التي يقضونها بالعمل ولكن ليس جميع الناس العاملين في هذه المهن يقومون بالشيء ذاته. . فنسبة قليلة منهم يعملون ثلاثين إلى خمسة وثلاثين ساعة في الأسبوع من أجل تأمين مدخول محترم وهم ينجزون ذلك عبر إدارة أعمالهم الخاصة والعمل بذكاء بدل العمل الشاق.

حين خفّض هؤلاء المحترفون الكلفة وخففوا الأعمال المكتبية إلى أقصى حد واستغلوا الوقت والمواد بفعالية وكفاءة، استطاعوا الحصول على ثمانين بالمئة من المداخيل التي يجنيها غيرهم من العاملين في المجال نفسه الذين يقضون ضعفي إلى ثلاثة أضعاف الوقت الذي يقضيه أولئك في العمل. ولأن هؤلاء المحترفين الهادئين يضعون أموالهم وأملاكهم في أماكنها الصحيحة، تجدهم يضبطون عاداتهم الإنفاقية أكثر من زملائهم الكادحين ليل نهار. وهم إلى ذلك يحقّقون المزيد من الثروة حتى لو كانت مداخيلهم المادية أقل من مداخيل زملائهم.

ما دام هناك ملايين الأشخاص يعملون بذكاء بدل العمل بمشقة،

الناس الذين لا يقفون عند حدود أثناء محاولتهم إنجاز عمل ما، ليسوا على تلك الدرجة من الذكاء التي يعتقدون أنهم عليها.

معظم الناس هم من الغباء بحيث لا يُعتبر مديحاً أن نقول إن أحدهم قد تخطّى معدل الذكاء العام.

سومرست موم

فهذا يعني أن بإمكان أشخاص آخرين أن يحذوا حذوهم وهذا يشملك أنت أينما كنت تعيش في هذا العالم. فإن كان معظم الناس يقتلون أنفسهم بالعمل، فهذا لا يعني أن عليك أن تقتل نفسك مثلهم. . لا أعرف ما هو رأيك أنت أما أنا فأجد ما يفعلونه مضحكاً لا بل سخيفاً. ولهذا لم أعد أتعاطف مع العمّال الكادحين في هذا العالم.

لعلك تعرف شخصاً مثلي أقل ثقافة وموهبة منك ولكنه لا يبدو بحاجة إلى العمل المضني ليؤمن لنفسه حياة كريمة. . على هذا الأمر أن يكون كافياً لتقتنع بأنك قادر على القيام بالشيء نفسه.

لعل الجزء المشكّك فيك يسأل: لماذا لم يحذُ الكثير من الناس حذو أولئك الذين يعملون قليلاً وينجحون؟ الحقيقة أن بإمكان الكثيرين أن يقوموا بذلك. . ولكنهم لا يقدمون عليه لأنهم غير مهيئين للتضحية بأمور عدّة ولبذل المجهود الخلاق للوصول إلى هناك. . قد يتحمل الناس المطالب الكثيرة غير المنطقية التي يطلبها منهم أرباب أعمالهم كالعمل أوقاتاً إضافية بدون مقابل مادي، في مهن مضجرة إيرادها المادي قليل، ولا مجال فيها للطموح. وسبب قبولهم بذلك، هو أن بقاءهم في هذه المهنة أسهل لهم من تركها. وعلاوة على ذلك يشعر الإنسان عندما يعمل عملاً مألوفاً بالأمان أكثر مما يشعر به عندما يعمل عملاً مختلفاً.

قد يذهب هذا الجزء الشكّاك فيك أبعد من ذلك ويسأل: «ماذا سيحدث للعالم إن عمل كل فرد في المجتمع أربع أو خمس ساعات فقط باليوم؟» أما الجواب فهو: «سيصبح العالم مكاناً أفضل للعيش فيتضاءل فيه الضغط النفسي وخيبات الأمل والضرر البيئي. . سيكون الناس أسعد حالاً وأفضل صحة: ولكن ليس عليك أن تقلق بشأن تحوّل الجميع إلى هذا النمط؛ فمعظم الناس

بإمكان أي غبي كان أن يقوم بالعمل الشاق.

ولكن أن تكون منتجاً وأن تستطيع في الوقت ذاته ايجاد الوقت للراحة والترفيه. . تلك هي العبقرية.

ثمة إنسان أرقى من الإنسان «المنتج».

فردريك نيتشيه

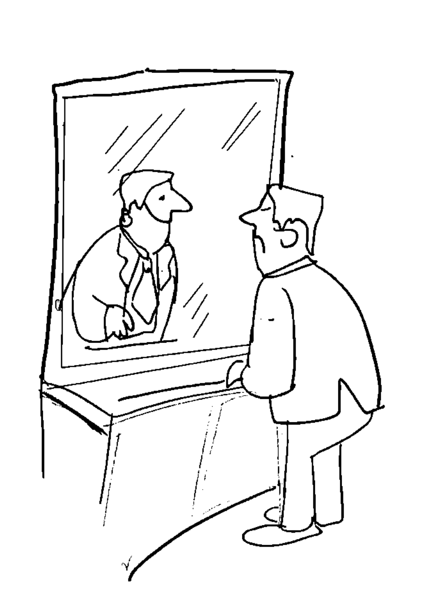
غير مستعدين لدفع الثمن المطلوب لمعرفة كيفية القيام بذلك».

ولكن الخبر الجيد هو أن بإمكانك الاستفادة من حقيقة أن 95% من الناس غير مهتمين البتة وغير متحمسين أبداً للعمل بذكاء بدل العمل بجدّ.. وهذا ما يجعل من الأسهل عليك أن تكون واحداً من هؤلاء الخمسة أو الاثنين بالمئة من العاملين الذين يحيون الحياة بتوازن واسترخاء ومع ذلك يشعرون بالازدهار والغنى.. وحتى تحقق ذلك عليك أن تزيل الحدود التي فرضتها على نفسك مهما كانت هذه الحدود.. وعندئذ فقط ستتمكن من تمييز الفرص المتوّفرة لك لتقوم بأربع أو خمس ساعات من العمل يومياً.

بعدما عشت حياة هادئة مدة عشرين عاماً، عليّ أن أحذرك من مخاطر العمل الذكي غير الشاق.. من هذه المخاطر أن عليك معرفة كيفية التعامل مع الحرية والمسؤولية والاستمتاع بالحياة. عليك أيضاً أن تواجه مسألة الحسد الذي يطالك من المتبرمين في هذه الحياة.. عندما تتوصل إلى الاكتفاء بالعمل أربع ساعات في اليوم فقط، فستُعتبر تهديداً للرأسمالية ولاستقرار العالم الحديث.. إن استطعت أن تتعامل مع هذه المخاطر، فقم بزيارة أحد المقاهي المفضلة عندي.. وهناك يمكننا أن نتبادل معاً حديثاً شيقاً.. أما أولئك العاملين غير الخلاقين فليعملوا بلا توقف على أمل الوصول إلى الحرية والفرح والرضا بعد ثلاثين أو أربعين سنة.

الفصل الثاني

اخترْ عملاً يناسب شخصيتك لا عملاً يتناقض معها



لا الغنى ولا البذخ هما ما يمنحانك السعادة بل راحة البال والعمل

يتوقّف نجاحك في الحياة عموماً على أمور عديدة: فهو يعتمد بدرجة كبيرة على كيفية تأمينك لمدخولك.. أما كيفية تأمينك لمدخولك فهو أمر يحددّه مقدار استمتاعك بعملك. هذه الحقيقة يجب ألا تصدم أحداً لأنها ليست بجديدة. ولكن حتى بعد كل ما كُتب في السنوات الماضية عن أهمية اختيار العمل الممتع والمرضي، ما زال أناس كثيرون يتجاهلون هذه الحكمة.

يبشّر بعض الناس بعكس ذلك تماماً.. ففي كتابه الجديد الذي حقق مبيعات عالية جداً، «عش غنياً ومُت مفلساً» (Live rich Die broke) يقول ستيفان م. پولن المستشار المالي: «إن عليك أن تنسى مسألة الشعور بالرضا المهني وأن تعتبر عملك في الدرجة الأولى مصدراً للدخل المادي فحسب»، ومع أن پُولن ألّف عامة كتاباً ممتازاً إلا أن العديد من المستشارين لا يوافقون البتة على رأيه القائل بأن عليك أن تنتقل دوماً إلى عمل جديد إذا كان أجره أعلى من العمل السابق وأن تدع عنك محاولة تحقيق الذات في العمل.

إن اتبعت استراتيجية پولن، عرّضت نفسك للفشل مهنياً.. وإذا اتخذت مهنة لا تمتعك، فسترضى بما هو أقل بكثير ممَا تستحق. وليس سراً أن تعرف أن أسعد الناس وأكثرهم نجاحاً في العمل هم الذين يحبون عملهم الذي اختاروه. وهم بشكل عام أيضاً أكثر الناس نجاحاً على المدى البعيد.

إن التضحية بسعادة الحاضر لمدة طويلة جداً لا تؤدّي إلا إلى نتائج مؤلمة في النهاية.. والنتيجة الأكثر وضوحاً هي أن السعادة

لا تظن أن العمل الشاق هو نجاح على طريق التحقيق.
إن الجزء الأكبر من العمل الشاق هو مضيعة وقت على أشياء لا تحدث أي تأثير إيجابي في هذا العالم.
إن محاولة تحقيق النجاح بواسطة العمل الشاق وحده هو أشبه بمحاولة بلوغ القطب الشمالي عبر التوجه جنوباً.
قد تصل إلى هناك فيّ النهاية ولكن ذلك سيتطلب منك أضعافاً مضاعفة من الجهد والوقت والتضحية التي يفترض بذلها.

المجتمع القائم على الإنتاج هو مجتمع منتج وليس مجتمعاً خلاّقاً.

ألبير كامو

لقد كافحت وعملت وكل ما توّصلت إليه هو الارتقاء من الحضيض إلى الفقر المدقع.

غروشو ماركس

التي تصبو إليها في المستقبل لن تتحقق أبداً.. فدأبك على التضحية بالرضا والسعادة الآنية يضمن لك عدم الشعور يوماً بالسعادة والرضا.. وفي أسوأ السيناريوهات سيهتمّ بك الحانوتي، قبل سنوات من أوانك.

لا بدّ أن يكون العمل ـ والحياة بشكل عام ـ أكثر من مجرد مصدر لتأمين مدخول جيد. فأنت قادر على الشعور بالغنى إذا شعرت اليوم بالسعادة ولم تضحِّ بكل شيء من أجل غدٍ مفرح قد لا يأتي أبداً. ولأنك بحاجة لقضاء الكثير الكثير من حياتك بالعمل، من المهم أن تجعل مهنتك مرضية وممتعة.

حتى لو كان هدفك هو العمل أربع أو خمس ساعات باليوم فقط، هناك أولويات لا بدّ منها ومن هذه الأولويات أن تشعر بالرضا المهني وأن يكون جوّ العمل صحياً وسليماً، وأن تملك شيئاً من السيطرة على ما تعمل به. لعلك لم تلاحظ أن في الحياة أحداثاً كثيرة غير متوقعة ستضعك تحت التجربة لذا لا حاجة لأن تضيف إلى ذلك عملاً لا تحبّه.

هناك اليوم عدد كبير من الناس يعملون لساعات طويلة في مهن يكرهونها. ولعل ما يحمّس هؤلاء للاستيقاظ باكراً هو الراتب الشهري ولا شيء وغير ذلك تقريباً.. فمحاسب يكسب 450000 دولار سنوياً من وظيفة لا مجال فيها لأي طموح آخر يشعر بعدم الاكتفاء النفسي هو أيضاً كحال أستاذ جامعي يكسب سنوياً 150000 دولار ولكنه يكره إلقاء المحاضرات على التلاميذ. وهاتان الحالتان تصوران فشلاً مهنياً ذريعاً.

للكثير من الوظائف اليوم عناوين رنّانة تتماشى مع الراتب الجيد. ولكن لا شيء في هذه المراكز يجعل من يحتلّها يشعر بأنه أنجز عملاً خلاّقاً أو بأنه راضٍ عمّا يفعله. فالعمل المكتبي هو

★ أفكار تغيِّر حياتك

اختر بعناية فائقة المهنة التي تتخذها لك.

أن تكون مرشداً روحياً، مثلاً، لهو أمر صعب جداً، مخيب للأمل إذ سيكون عليك بالدرجة الأولى التعامل مع عدد كبير من الأغبياء وأصحاب الأذهان المشوشة.

من الذي يحتاج إلى هذا؟

للحصول على شعور أكبر بالرضا حاول الالتزام بعمل أقل ضغطاً عليك وأكثر مردوداً على الصعيدين النفسي والمادي.

يحيا معظم القديسين ليندموا على ما اختاروه من مهن.

بوب ستوكز

أنت لا تستقيل من هذه الوظائف بل تهرب منها.

داون ستيل

العمل المكتبي بغض النظر عن العنوان الرنّان الذي يرافقه وهذا لا ينطبق فقط على الأعمال المكتبية. فالمراكز الإدارية العديدة ذات الرواتب العالية، التي يزوّد من يحتلّها بكل وسائل التكنولوجيا الحديثة بما فيها أحدث الكمبيوترات المحمولة، ما هي إلا وظائف مكتبية مبجّلة. . والواقع أن «عنوان الوظيفة الرنّان» يخدع الموظفين ويجعلهم يشعرون أنهم أرفع مقاماً على صعيد مراكزهم. ولكن كما قال السيناتور الأمريكي الأسبق جورج ماكغوفرن: «كلما طال عنوان الوظيفة، كانت الوظيفة أقل أهمية».

لسوء الحظ أن معظم الناس يختارون وظائفهم ومهنهم بناء على ما ينصحهم به مجتمعهم ومؤسساتهم التربوية وأهاليهم. . ولعل ما يؤثر في قراراتهم هو ما تقدّمه لهم هذه الوظيفة أو تلك من سلطة وراتب ومركز اجتماعي ورفعة، وليس المتعة والشعور بالرضا. ونتيجة ذلك نرى أن العالم مليء بالمتعلمين الأذكياء والمثقفين والمدربين والماهرين الذين لم يحققوا بعدُ أي نجاح مهني معتبر في حياتهم. النجاح المهني، بحسب أهداف هذا الكتاب، هو الحصول على عمل مبهج للنفس يكون مردوده المادي والشخصي كبيراً.

معظم الناس بمن فيهم أصحاب أكثر المهن رفعة ومنزلة يشعرون بالتبرم وعدم الرضا عن مهنهم. . فعلى الرغم من المنزلة الرفيعة والإيراد المادي المرتفع اللذين يحصل عليهما المرء من الوظائف القانونية تجد أن قلة قليلة من المحامين يشعرون بالرضا والاكتفاء على الصعيد المهني. لقد صرّح محام سابق أنه هو وأحد زملائه لا يستطيعان أن يذكرا اسم محامٍ واحد يتمتع فعلاً بكونه محامياً.

وقد كرّر هذا التعليق المحامي السابق جون غريشام الذي أصبح مؤلف كتب حققت أفضل المبيعات. . لقد أخبر غريشام أحد الصحفيين أنه لا يعرف محامياً لا يرغب في الانتقال إلى عمل

اعمل أقل... تنجح أكثر

كيف تحصل على ما تريد
دون أن تُفني حياتك من اجله

إيرني زيلنسكي

ترجمة

آمال الأتات   فاديا عبدوش





عندما يتعلق الأمر باختيار مهنة ما، لا تثق بما يوحيه إليك أفراد المجتمع الآخرين. ثق بما توحيه إليك نفسك!.
هذا القرار وحده كفيل بأن يجلب لك جزءاً كبيراً من الرضا عن النفس أو البؤس في حياتك.

إن أفضل ما يصنع نجاح الرجل في مهنته هو اعتقاده بأن مهنته هي الفضلى في العالم

جورج ايليوت

ليس النجاح مفتاح السعادة بل السعادة مفتاح النجاح.. فإذا أحببت ما تقوم به، فستنجح به بالتأكيد.

ألبرت شويتزر

أفضل. ونحن نأمل أن نرى اليوم الذي يتفوق فيه المحامون على مصالحهم وأن نرى عدداً أقل من الناس غير راضين عن عملهم وأن لا نضطر للتعامل معهم ثانية.

إن عدداً كبيراً من الناس هم على شاكلة معظم المحامين، فعلى حساب الإحساس بالرضا المهني يتّخذون مهناً رواتبها مرتفعة ليشعروا بالنجاح وليجمعوا ثروة في المستقبل.. ولكن ويا لسخرية القدر إن الإحساس بعدم الرضا الذي يرافق الوظيفة ذات الراتب المرتفع قد يمنع الموظف من الشعور بالنجاح ويعيقه عن جمع ثروة.. والمؤكد أن الناس لن يستطيعوا أن يشعروا بالسعادة في الحاضر إن لم يشعروا بالرضا وإن لم يصلوا إلى تحقيق الذات من خلال عملهم.. وكما ترى، من المستحيل أن تشعر بالغنى والازدهار إذا لم تكن سعيداً.

غالباً ما ترى الأشخاص غير المرتاحين في أعمالهم، يحاولون زيادة شعورهم بالسعادة والغنى عبر إنفاق المزيد من المال وبالتالي لا يدّخرون منه سوى القليل. عدد كبير منهم ينفق ماله على علاج للتخلّص من الضغط النفسي والكآبة، وقد يقدم أحدهم على شراء سيارة رياضية باهظة الثمن كتعويض عن اضطراره لتحمّل رئيس مجنون وعمل ممل.

إن جزاء الهدايا العلاجية الباهظة قد يرفع معنويات الناس مؤقتاً ولكن هذا السلوك يدمّر المرء ويلزمه البقاء في وظيفة رديئة. فترك الوظائف المرتفعة الراتب من أجل عمل أفضل يصبح أصعب عندما يضطر المرء لدفع أقساط طيلة أربع سنوات. وعلاوة على ذلك تجد أن الناس الذين ينفقون باستمرار المال على الهدايا التعويضية الباهظة الثمن لعدم رضاهم عن مهنهم لا يستطيعون جمع ثروة كبيرة.

مع الوقت يصبح المال أكثر أهمية للعمال المتبرمين من وضعهم

★ أفكار تغيِّر حياتك

إن أفضل نصيحة يقدّمها لك أحدهم من أجل اختيار مهنة مميزة هو ألا تأخذ أبداً بنصيحة أي شخص.

الواقع أن أهم ما يمكن أن يدفعك إلى اختيار المهنة التي تريد اختيارها هو ألا يكون أحد قد نصحك بأن تختارها.

الناس لا يختارون مهنهم، بل مهنهم تجذبهم إليها.

جون دوس باسوس

نحن نبرع فقط في الأعمال التي نحب أن نقوم بها.

كوليت

ويتحكم المال بحياتهم بسبب هوسهم المرضي به. إن عدم شعورهم بالرضا وعدم التمتع بعملهم يدفع هؤلاء الناس إلى اعتبار المال والممتلكات المادية ليس فقط منفذاً يهربون من خلاله من واقعهم بل محاولة لإعطاء معنىً لحياتهم ولن يستطيعوا الخروج من الحلقة المفرغة التي تجعلهم يعملون وينفقون ما يكسبونه من عملهم، والتي يرافقها الهوس بالمال، إلا إذا انتقلوا إلى عمل ممتع يرضيهم نفسياً. وعندئذ فقط يمكنهم إنزال المال إلى مرتبة أدنى من حيث الأهمية ويمكن لحياتهم حينئذ أن تصبح فرحة بدل أن تكون كفاحاً مستمراً.

بسبب ايلاء مجتمعنا الأهمية كلها للمال، يسهل على أي شخص أن يصبح مسجوناً إلى الأبد في فخ العمل غير المرضي الذي يسقط فيه كثير من المثقفين والأذكياء. فأثناء السعي وراء المال نتغاضى عن واقع أنه لا يمكن أن نضمن النجاح المهني من خلال الذكاء الباهر أو المستوى الثقافي العالي أو المهارات المميزة أو العمل الشاق المضني أو التعرف إلى أشخاص نافذين أو الانخراط في مهنة رفيعة المستوى كالقانون أو الطب أو الهندسة المعمارية.

الحقيقة أن بإمكاننا أن نحقق النجاح المهني إذا عملنا فقط في عمل نحبه فعلاً، ويفيد الآخرين.. وبغير تلك الطريقة لا يمكن أن نشعر بالرضا والسعادة ليس في العمل فحسب بل في حياتنا أيضاً.

تأكد من أن السعادة ستهرب منك باستمرار إذا كنت تعمل عملاً من أجل المال فقط.. يقول توماس جفرسون «ليس الغنى ولا البذخ بل الهدوء والعمل هما ما يجلب السعادة». وطالما تفشل في رؤية أهمية العمل في مهنة ترضيك لا يحتمل أن تشعر بالمعنى الحقيقي لحياتك وأن تجد هدفاً هاماً لها.

★ أفكار تغيِّر حياتك

آجلاً أم عاجلاً سنحصل جميعاً على مهنة.

ينتهي الأمر بمعظم الناس إلى العمل في مهنٍ لا تعني لهم شيئاً.

والأسوأ من ذلك أنهم يرفضون الاعتراف بذلك كلياً.

لكن بعض الناس ينتقلون منها إلى أعمال أفضل.

إذا أردت الانضمام إلى المجموعة الأخيرة احرص على ألا يكون الأمان هو أهم ما يجعلك تبقى في وظيفتك.

يقوم معظم الناس بأعمال تافهة.. وعندما يتقاعدون يفهمون هذه الحقيقة.

برندن فرانسس

هل من شيء أكثر إمتاعاً من أن تحب عملك وتشعر بأنه ذو فائدة.

كاثرين غراهام

إذا ضحيت بسعادتك الحالية من أجل عمل تافه، يحتمل ألا تجد لاحقاً أبداً الفرصة للشعور بالسعادة الحقيقية والرضا عن النفس. كلما طالت المدة التي يشعر فيها بعض الناس بالتعاسة في عمل رديء، كلما أصبحت التعاسة أمراً اعتيادياً. . وبعد فترة وجيزة ينسون كيف يكون المرء سعيداً ويعتقدون أن ما يشعرون به من تعاسة طبيعيّ تماماً. عليك أن تتجنب هذا الوضع وإلا بقيت تعساً غير راض عن حياتك إلى آخر العمر وتصبح حالتك بذلك شبيهة بحالة العديد من المحامين وأصحاب المهن المرتفعة الدخل.

أنت وحدك قادر على الإجابة إذا كانت مهنتك مكسباً أم خسارة. . الواقع أن العمل في مهنة يمتعك للغاية ويدر عليك أجراً مرتفعاً هو الوضع المثالي. أما التقيُّد بمبادىء «الكسول المنتج» فذلك يجعل مهنتك مكسباً فعلياً.

ولكن مهنتك تقترب من أن تصبح خسارة إذا كان الأجر الذي تتلقاه على العمل الذي تحب أقل ممّا تستحق. وتصبح مهنتك خسارة بالتأكيد إذا شعرت بعدم النجاح وبفقدان حب الحياة إضافة إلى كرهك لمهنتك. . . بغض النظر عن مقدار ما تتقاضاه من أجر.

ثمة اختبار آخر لتعرف ما إذا كان عملك يكلفك كثيراً من الإحباط والتعاسة - هذا الاختبار هو أن تسأل نفسك ما إذا كنت مستعداً لمتابعة العمل الذي تقوم به لسنوات قليلة أخرى حتى لو أصبحت مستقلاً مادياً ومكتفياً. إذا كان جوابك التلقائي هو ترك العمل حالاً وفوراً فهذا يعني أنك بلا أدنى شك في العمل غير المناسب.

إليك اختبار آخر لتعرف القيمة الحقيقية لعملك الحالي. إذا كان الوقتان المفضلان لديك هما استراحة الغداء ووقت الانصراف فهذا يعني أنه حان وقت الانتقال إلى عمل آخر.

★ أفكار تغيِّر حياتك

العمل من أجل كسب المال فحسب ليس الطريقة المثلى لتحقيق النجاح المهني الحقيقي.

توقف وفكّر في إلمال بطرق جديدة، تدرك أن أوجهاً كثيرة له عبثية حقاً.

وسوف تدرك أيضاً أنه بعد تأمين الحاجات الأساسية لا يعود للمال أي علاقة بالسعادة.

إذن لماذا تهتم بالمال إلى هذا الحد؟

نحن نعمل لنحقق ذواتنا لا لنجمع ثروات.

إلبرت هابارد

ليست المعجزة أن نقوم بما نقوم به من عمل بل أن نكون سعداء بالقيام به.

الأم تيريزا

لا شك أنك تبرّر بقاءك في هذا العمل بأنه أفضل لك من تجربة عمل أكثر تشويقاً ومتعة. من المؤكد أن المحافظة على وظيفة أجرها ومرتفع يضمن لك القدرة على دفع قروضك والاحتفاظ بالسيارة الثانية وتقديم هدايا ثمينة لأفراد العائلة وشراء شاشة التلفزيون الكبيرة تلك وإرسال الأولاد إلى المخيّم الصيفي.. ولكن عليك أن تقرر ما إذا كنت بحاجة حقاً إلى هذه الأشياء الإضافية في الحياة بحيث تضحّي بالتعبير عن أفكارك الخلاّقة وبفرصة قيامك بعمل يحدث تغييراً في هذا العالم.

من الواضح أنك لن تعيش حياتك بكل ما للكلمة من معنى، حتى تجد العمل الذي يهمك فعلاً.. فترك وظيفة محترمة من أجل أخرى جديدة شيّقة ومثيرة لأمر صعب ولكن ليس مستحيلاً. فالملايين قد أقدموا على هذه الخطوة وأنت أيضاً قادر على ذلك.

بعد قراءة كتابي «متعة عدم العمل» (The Joy Of Not Working) قام بعض المتزوجين الذين لديهم أولاد بالاتصال بي وبعث الرسائل إليّ ليخبروني بأنهم تركوا العمل الذي كان يضمن لهم الأمان إلى ما كان يهمهم فعله.. وكان الكتاب الحافز الذي احتاجوه ليسعوا إلى عمل شيّق ممتع.. وقد أعاد بعض هؤلاء الناس الاتصال بي ثانية وثالثة ليخبروني بأنهم أسعد حالاً وأنهم يكسبون مادياً كسباً جيداً.. لقد ذكروا أن الحرية والفرصة المتاحة ليكونوا خلاقين وعفويين كانتا تستحقان كل الجهد الذي بذلوه.

لا شيء يمكن أن يحبسك في عمل كخوفك من ألا تكون قادراً في مكان آخر على كسب المال الذي تكسبه الآن.. ولتتجنب التجمّد الفكري في مهنة تشعرك بالأمان عليك التخفيف من حاجتك الحالية للمال.. فكلما أصبحت أقل اهتماماً بالسعي وراء المال، زادت حريتك وفرص حصولك على عمل يرضيك.

المشكلة مع الوظيفة التي تضمن لك الأمان أنك بعدما تقرأ جريدة الصباح لا يبقى أمامك أي شيء خلّاق أو بنّاء أو مثير لتفعله.

لن تشعر بالرضا عن عملك حتى توجّه طاقتك العقلية والجسدية باتجاه عمل يُحدث تغييراً كبيراً.

هذا يعني أن عليك أن تضع لك هدفاً أسمى من السعي إلى الحصول على أكبر راتب ممكن.

وحده الشغف، الشغف بالأمور العظيمة، يستطيع أن يسمو بالروح إلى مقامات عالية جداً.

دنيس ديدورو

وكل عمل ابتدأ به في خدمة بيت اللّه وفي الشريعة والوصيّة ليطلب إلهه إنما عمله بكل قلبه وأفلح.

العهد القديم، سفر أخبار الأيام الثاني 31: 21

حالما تتحرر من اعتبار المال هدفاً، ينفتح أمامك عالم جديد. والمفارقة أنك عندما تستغل مواهبك للسعي وراء شيء يمتعك بدون الاكتراث بكسب المال، تحصل على نتائج ثانوية عديدة وأحد هذه النتائج هو اكتسابك مالاً كثيراً.. وتشير الإحصاءات إلى أن الناس الذين يستمتعون بأعمالهم يكسبون على المدى البعيد من المال أكثر مما يكسبه أولئك الذي امتهنوا مهناً معينة من أجل كسب المال فقط.

ثمة كتاب لمارك ألبيون Mark Albion عنوانه (Making a Life, Making a Living: Reclaiming your Purpose and passion in Business and life) ومعناه (عش حياتك واكسب معيشتك: استعد هدفك وشغفك في حياتك وفي عملك).. في هذا الكتاب يستشهد بدراسة تابعت مهن 1500 خريجٍ جامعيٍ في حقل إدارة الأعمال.

جاء في هذه الدراسة أن 1,245 خريجاً من هؤلاء وهم دفعة العام 1960، كانت الأولوية عندهم تأمين مدخول جيد ليستطيعوا القيام بما يريدون فعله لاحقاً في الحياة أما المئتان والخمسة والخمسون خريجاً الباقون فقرروا السعي وراء ما يحبون على أمل أن يكون المال أحد مكتسباتهم. 101 من هؤلاء الخريجين أصبحوا من أصحاب الملايين في العام 1980، واحد منهم فقط كان من المجموعة الأولى.

عندما تتخذ لك مهنة ممتعة وتسعى وراءها بشغف وتفوُّق لن تجد صعوبة في كسب المال. فكّر كم سيكون رائعاً أن تربح ضعفين إلى ثلاثة أضعاف ما تكسبه وأنت تعمل نصف الوقت الذي تعمله الآن. والواقع أن هذا ما يمكن أن يحصل على المدى البعيد عندما تقوم بعمل يمتعك.

عندما يكون هناك دافع مهم غير المال يدفعك إلى العمل لا شك

★ أفكار تغيِّر حياتك

إن العمل بكفاءة هو سبيل النجاح ولكن عليك أن تنتقي العمل الأنسب لك.

من المؤكد أنك لن تبرع في أي حقل من الحقول ما لم تكن مستمتعاً بما تفعله كثيراً.

اسعَ جاهداً إلى اختيار مهنة تحبها لأن يوماً تقضيه في عمل تكرهه سيبدو لك دهراً مقارنة مع شهر تقضيه في عمل تحبه.

بئساً للعمل الذي يضطّر الإنسان للقيام به بهدف كسب رزقه فحسب! هذا النوع من الأعمال لا يشرّفني ولا يشرّف أحداً. وجلّ ما يؤدي إليه هو أنه يملأ بطون الخنازير الذين يستغلّونا. أما العمل الذي يمنحك الكرامة فهو ذلك الذي تحب أن تقوم به، لأنه دعوتك وموهبتك!

علينا جميعاً أن نسعى إلى مثل هذا النوع من الأعمال. أنظر إليّ «ساتورنو» ـ أنا لا أعمل. ولا يهمني أن ينتقدني الكلّ. لن أعمل! ولكني أحيا! لعل مستوى حياتي سيئ، ولكنّي لست مضطراً إلى أن أعمل وأكون على حالي هذه أيضاً!

لويس بونويل

أنك ستبذل قصارى جهدك.. وعندما يكون جني المال هو هدفك الأعظم يصبح جني هذا المال أصعب بكثير. والواقع أن الناس نادراً ما ينجحون في أي شيء يستحق الجهد المبذول عليه ما لم يكن عملهم هذا ممتعاً لهم. وليس ذلك فحسب، إذ أن أولئك الذين يقومون بأعمال لا يحبونها يفتقرون أيضاً إلى الثقة بالنفس وينشأ لديهم اعتقاد خاطىء بأنهم لا يملكون الموهبة أو الإبداع أو الشجاعة لكسب المال من عمل يحبونه ويستمتعون به.

يمكننا أن ننعم بحياة سعيدة هادئة، حافلة، راضية عندما نقوم بعمل نحبه ونستمتع به. أما الشعور بالنجاح في مهنتك فلن تشعر به إلا إذا عملت عملك حباً به وإرضاء لذاتك أو التزاماً منك بجعل العالم مكاناً أفضل. يمكنك أن تجد بسهولة معنى لحياتك وتختبر تجربة ناجحة في العمل شرط ألا يكون المال والمنزلة الاجتماعية على رأس قائمة أولوياتك.. في النهاية، إن العمل الممتع المثير سيكون مثمراً من الناحيتين المادية والشخصية لأن المال يأتي بشكل أسرع عندما تسعى وراء ما تقدّره وتحبه فعلاً.

ليس ما أصبحته هو ما يؤلم أكثر في النهاية بل ما لم تصبحه

لو خُيّر الناس ما بين السعي وراء الحلم الغالي أو الاستمرار بالحياة الطاحنة، لاختار معظم الناس الحياة الطاحنة فهم يتحملون الرؤساء الاستغلاليين، وشروط العمل السيئة والوظائف المملة التي لا مجال للطموح فيها، لأن إيجاد عمل أفضل يتطلب وقتاً وطاقة.. وليس ذلك فحسب بل إن السعي وراء الحلم المهني يتطلب مخاطرة وتغييراً ويجد معظم الناس أن من الأسهل لهم البقاء على ما هو مألوف، حتى لو لم يكن هذا المألوف يقدّم لهم

★ أفكار تغيِّر حياتك

كل شيء يحتفظ بسماته الفضلى عندما نستخدمه بأفضل طريقة.

وهذا ينطبق على الناس والأشياء.

بناء على ذلك اختر عملاً ينسجم مع شخصيتك وقيمك وإلا تحرم نفسك من السعادة والرضا ثماني ساعات في كل يوم عمل.

عندما يعمل الرجل في الوقت المناسب عملاً ينسجم مع مواهبه الطبيعية ولا يتدخل في أي شيء آخر يمكنه عندئذ أن ينتج كمية أكبر ونوعية أجود بسهولة أكبر.

أفلاطون

المرأة القادرة على تأسيس عمل خاص بها هي المرأة التي ستحقق الثروة والشهرة.

أماليا إيرهارت

أكثر من الضجر والعمل الشاق.

للأسف أن معظم الناس يفكرون وهم على فراش الموت بحياتهم والألم يعتصر قلوبهم. . فعدم اندفاعهم وراء أحلام حياتهم المهنية هو عادة أكثر ما يندمون عليه. والحقيقة أنك عندما تفوّت على نفسك اليوم المتعة والشعور بالازدهار بسبب عدم سعيك وراء أحلامك المهنية، فأنت بذلك تُعدّ لنفسك لاحقاً الخيبة ذاتها والندم ذاته.

لقد عبّر عن ذلك بشكل جيد آشلي مونتغيو: «إن أعمق هزيمة يعاني منها الإنسان سببها الاختلاف بين ما كان قادراً أن يصير عليه وبين ما انتهى إليه» وبمعنى آخر: ليس ما يؤلم أكثر هو ما أصبحته بل ما لم تصبحه.

لعلك تملك أحلاماً تريد أن تسعى وراءها ولعلك تملك أيضاً مهارات ومواهب تود استخدامها في مكان ما في عملك. . ولكنك أخفيت هذه المهارات والمواهب لوقت طويل لأنك مهووس بجمع أكبر قدر ممكن من المال في أقصر مدة ممكنة.

قد تدرك أنك قادر على أن تعيش عيشة هادفة غنية وسعيدة أكثر إذا قمت بتغييرات هامة في حياتك. ولكن المشكلة أنك منذ البداية أرجأت القيام بهذا التغيير لأنك تنتظر اللحظة المناسبة والظروف المؤاتية والواضح أنه ليس هناك لحظة مناسبة. . فانتظار أن تتحسن الأمور يضمن لك عدم تحسّنها.

أن تبدّد حياتك وأنت تتوقع أن تحقق في المستقبل القريب حلماً طال انتظارك له لهو إساءة كبيرة لنفسك. . فذاك المستقبل قد لا يأتي أبداً وإن لم يأتِ فلن تحصل أبداً على الشعور بالرضا من الأشياء التي نويت أن تنجزها ـ سواءاً كانت أحلام حياتك المهنية تشمل الشهرة أو العمل الخلاّق أو المغامرة فاعلم أن هذا اليوم

★ افكار تغيّر حياتك

قد تكون الكتابة صعبة للغاية أحياناً.

ولكن إذا شعرت في أعماق قلبك أنك تريد أن تكون كاتباً فاعلم أن عدم الكتابة سيكون في النهاية أصعب بكثير من الكتابة.

فإذا كنت تحلم بتأليف الكتب فألّف كتباً.

وإذا كنت تحلم بامتلاك مطعم، فامتلك مطعماً.

وإذا كنت تحلم بأن تصبح ممرضاً فكن ممرضاً.

لأنك إن لم تفعل ذلك فستجد أن الألم الذي سيتأتي عن عدم تحقيقك لأحلامك هو أقوى ألم قد تشعر به يوماً.

لربما أولئك الذين حققوا إنجازات أكثر هم الذين حلموا أكثر.

ستيفن ليكوك

الحاضر هو الوقت لتبدأ بتحقيق أحلامك.

مثلاً لعلك توصلت إلى أعلى السلم بدءاً من ممرض وصولاً إلى مدير لأكبر مستشفى في نيويورك، لكنك أدركت أنك تفضل العيش في سقيفة في سوهو لتعتاش من العمل كفنان أو لعلك كنت تعمل ست عشرة ساعة في اليوم لتصلح خوذات الأمان لعمّال إحدى الشركات البيئية في كندا الشمالية ولكنك تشعر في أعماقك بأنك تريد أن تكون كأصدقائك الكتّاب الذين هم جزء من جماعة Starbucks والذين لا تراهم إلا والكمبيوترات المحمولة وفنجان القهوة في أياديهم. مهما كان العمل الذي تعتقد بالفطرة أنه عليك القيام به، يجب أن تفكر فيه ملياً وأن تستكشف الاحتمالات المتاحة لك.

الهدف هو أن تجعل عملك وسيلة التعبير الرئيسية عن فكرك وموهبتك الخلاّقة. إذا استخدمت مخيلتك يمكنك توظيف مواهبك وهدفك وأحلامك وشخصيتك في مهنة ما بطرق عديدة. ستجد بانتظارك خيارات وفرص كثيرة شرط أن تبحث عنها. ولكنك وحدك قادر على تحديد ما تريده وأنت وحدك قادر على أن تضع نفسك على الطريق الصحيح للحصول على ما تريد.. وفي هذا المجال يقول والت ويتمن: «لستُ أنا ولا أي شخص آخر قادر على أن يجتاز ذاك الطريق نيابة عنك أنت.. عليك أن تجتازه بنفسك».

عندما تختار مهنة جديدة، فعليك أن تبذل كل جهد ممكن لتختار المهنة المناسبة لك.. «لا تضع ملعقتك في قِدر ما بداخله ليس لك» هذا ما يشير إليه «مثل روماني» فما بالقِدر يكون لك عندما تسمح لك مهنتك بالسعي وراء هدف هام قد يحدث فرقاً في هذا العالم. فالمهنة المناسبة يجب أن تسمح لك باستخدام مواهبك

في النهاية، الرسالة واضحة وضوح كتابة على حائط.
إذا كنت تحلم بأن تصبح ناجحاً في عالم الفن فقد حان الوقت لتترك وظيفتك في المصنع.

حيثما تتقاطع مواهبك وحاجات العالم، إعلم أن هناك هي رسالتك في الحياة.

أرسطو

عليك أن تعرف بالتحديد ماذا تريد من مهنتك، فإن كنت تريد أن تصبح نجماً، لا تضيّع وقتك بأشياء أخرى.

مارلين هورن

المميزة التي تريد استخدامه. . لكي تحقق النجاح في مهنتك يجب أن تكون هذه منسجمة مع شخصيتك وأسلوب العيش الذي تحب أن تعتمده.

قد تكون كمعظم الناس تفكر في أن الحلم بالقيام بعمل مثير وممتع أمر أرعن وأبعد من حدود موهبتك ومهارتك. . ولكنك بوضع حدود لما يمكنك انجازه في هذا العالم تؤذي نفسك كثيراً. . من أجل مصلحتك على المدى البعيد فكّر في كلمات هنري دايفد ثورو: «لقد تعلمت من خبرتي أن الشخص الذي يتقدم بثقة نحو أحلامه ويسعى أن يحيا الحياة التي يحلم بها، سوف يحقق نجاحاً غير متوقع ما كان ليحصده في الظروف العادية».

تتحقق الاحلام المهنية فقط لأولئك الواثقين من أنفسهم الذين يركزون على هذه الأحلام ويعملون على تحقيقها. انظر حولك ترى العديد من الناس يحيون أحلامهم المهنية في الواقع. . بعض الناس حوّلوا هواياتهم إلى أعمال بدوام جزئي فإذا بهم يجنون الملايين من هذه الأعمال. والبعض الآخر تخلوا عن مهن صرفوا وقتاً طويلاً ليتعلّموها ليتخذوا مهناً أخرى لم يتعلّموها قطّ. . ولكن رغم هذا النقص استطاعوا أن يحوّلوا أحلامهم إلى وقائع وأن يصنعوا ثروة.

بالنسبة للناس الذين يعملون من أجل تحقيق أحلامهم، يصبح التوجّه الصحيح هو الأهم. . وتوضح إحدى القصص التراثية اليهودية هذه الفكرة، إذ يحكى أنه كان هنالك رجل يبحث عن مكان يسمى «الفردوس». . كان هذا الرجل قبل أن يأوي إلى فراشه يوجّه حذاءه باتجاه وجهته. . وكل صباح كان ينتعل حذاءه ويكمل مسروراً رحلته باتجاه «الفردوس». . ولكن في السنة التالية أتى أثناء الليل عفريت لعوب وبدّل وجهة الحذاء. . في اليوم التالي فكّر

★ أفكار تغيِّر حياتك

الطريقة المثالية لإبعاد النجاح هي أن تتخصّص في مجالات أنت أصلاً ضعيف فيها وأنت تكرهها.

يزيد احتمال فوزك في السباق عندما تدقق في اختيار السباق الذي ستشارك فيه.

احرص على تكريس جهودك للأمور التي تهمك أكثر من غيرها. اكتف بالمهمات التي أنت ماهر فيها والتي تستمتع بها جداً.

الحياة بدون عمل يشغلك ويستهويك هي جحيم.

ألبرت هابارد

ما من عمل عظيم تحقق يوماً بدون حماس.

رالف والدو إمرسون

الرجل في أنه متوجه إلى الفردوس ولكن الواقع أنه كان يسير بالاتجاه المعاكس.. ثم ما إن حل العام التالي حتى انتهى إلى حيث بدأ رحلته.

من السهل أن تصبح كهذا الرجل المضلّل.. قد نكون متحمسين جداً ونبذل جهداً كبيراً للوصول إلى هدف أو حلم رائعين. ولكن في عالم يتغير بسرعة، تجد أن بيئتنا وظروفنا تتغير هي أيضاً بالسرعة نفسها، وعلى الطريق ثمة مغريات كثيرة يمكن أن تشتتنا عن الهدف.

في مكان ما على هذا الدرب، عندما لا نكون منتبهين، قد ننحرف عن وجهتنا دون أن ندرك ذلك... فحقيقة أن نكمل من حيث توقفنا البارحة لا يعني أننا متوجهون اليوم نحو الاتجاه الصحيح فحتى لو كانت أحلامنا وأهدافنا لم تتغير، من الحكمة أن نقوّم وضعنا الحالي بانتظام لنتأكد من أننا ما زلنا متجهين في الاتجاه الصحيح.

لا شك أن أحد أكثر الأشياء التي تلهينا في هذه الحياة هي الأفخاخ المادية التي نسقط فيها بسهولة. فالهوس بالمال والكسب المادي يلهياننا عن أهدافنا وأحلامنا وغايتنا. أما الحاجة إلى الشعور بالرضا الفوري من خلال الحصول على أحدث الممتلكات المادية فتجعلنا نحيد عن غايتنا الحقيقية وهي القيام بما يرضينا وبما يحدث فرقاً في هذا العالم. حتى نحرص على عدم التخلّف عن الآخرين أثناء سعينا وراء أحدث وسائل الرفاهية المادية، ترانا نشتري أفضل وأكبر الأشياء حتى لو تخطّت إمكانيّاتنا. ونحن بهذه الطريقة نبقي على القيود المادية التي تمنعنا من السعي وراء أحلامنا.

حتى عندما تكون متأكداً فعلياً من أنك تسعى لتحقيق رسالتك في الحياة، من المفيد لك أن تعيد التفكير بانتظام لتقدّر مدى تقدمك.

ابحث عن العمل المناسب لك وركّز عليه.

ابذل طاقتك في العمل الذي يبعث الرضا إلى نفسك وليس في المكان الآخر.

إن تحقيق نتائج بسيطة في المشاريع الصحيحة والمثيرة للاهتمام يجعلك تشعر بسعادة تفوق تلك السعادة التي تشعر بها عند تحقيق نتائج رائعة في مشاريع غير مفيدة لك وغير مهمّة.

أنا أفضل أن أكون فاشلاً في عمل يمتعني على أن أنجح في عمل أمقته.

جورج بيرنز

لا أحد كتب أو رسم أو نحت أو صنع أو بنى أو اخترع إلا من أجل أن يخرج من الجحيم الذي يعيش فيه.

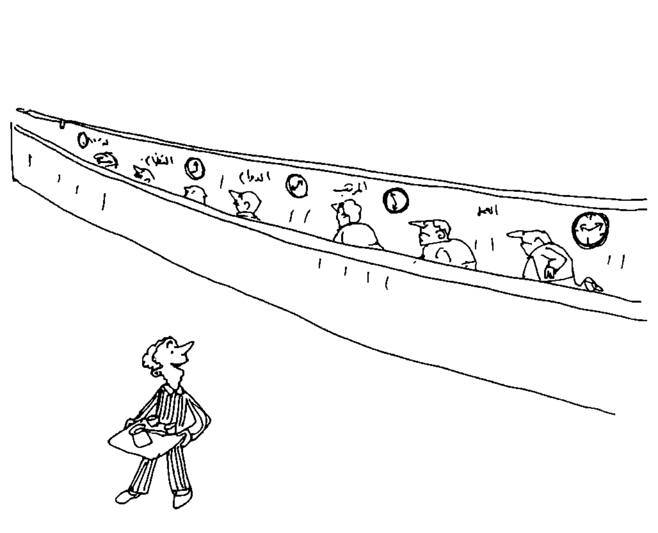
أنطوان أرتود

فلأننا نتغير باستمرار كبشر، فالذي يحدث أن أولوياتنا تتغير أحياناً بدون أن نعي ذلك بالكامل. من هنا يبغي أن يكون التقويم عملية مستمرة للتأكد من أن حاجاتنا مؤمّنة وللتأكد أيضاً من أننا راضون عن عملنا.

لعلك منذ زمن بعيد قد قررت مثلاً أن رغبة قلبك تكمن في أن تصبح محامياً جنائياً أما اليوم فقد أدركت أن ما تريده حقا هو أن تكتب روايات عن الخيال العلمي. أو ربما كان هدفك يوماً أن تجمع أكبر قدر ممكن من المال ثم أدركت اليوم أنك بحاجة إلى شيء أهم من ذلك وأسمى. ولكن الوضع المثالي هو أن تقوم بعمل يحدث فرقاً في العالم وأن تقوم بأشياء تمتعك وأن تستخدم مواهبك المكنونة.

ومهما كانت أحلامك عليك أن تطلق القوى التي ستوصلك إليها. . . فكلما أرجأت السعي وراء الحلم المهني الذي يرضيك، أصبح الوقت عدوك. فلو بقيت منتظراً الوقت المناسب لسرق الوقت أحلامك المهنية. . لا تنسَ أبداً أن بإمكانك الحصول على المزيد من المال ولكن ليس على المزيد من الوقت.

بعد سنوات عندما تفكر ملياً في حياتك ستندم لأنك لم تكسب معيشتك من الغناء أو الرسم الفنّي على الكمبيوتر أو اللعب مع الأطفال أو بناء الأشياء والسفر إلى مدن جديدة أو تشجيع الآخرين على الوصول إلى قمم جديدة. قد يؤلمك قليلاً أن تكتشف أنك حلمت فقط بحياة مثيرة مفعمة بالإبداع والعفوية. . لا، بل هذا الاكتشاف قد يؤلمك كثيراً. لقد أشار أحد الحكماء يوماً إلى ان الألم الناتج عن عدم تحقيق الأحلام قد يكون أسوأ ألم تعاني منه أبداً.



التحكم بقدرك أهم من قدر الشيك الذي تتقاضاه

لن تشعر بالغنى والازدهار أو بأنك بلغت القمّة إلا عندما تتحكم بحياتك. فإن أخذنا بعين الاعتبار أن عليك أن تعمل لتأمين معيشتك فسيبقى عليك التحكم بمهنتك قدر ما يمكنك، الأمر الذي سيخوّلك التحكم أكثر بحياتك. فالتحكم بقدرك أهم من راتبك لاسيما إذا كنت تعطي إبداعك وحريتك واستقلالك أهمية كبرى.

تصبح مهنتك عبئاً كبيراً عندما لا تتحكم كثيراً بوضعك وعندما تشعر بأنك ترزح تحت رحمة جو العمل الذي تقوم به. فأنت لن تستطيع الشعور بالحرية فيما لو كان عملك وانفعالاتك تستعبدك. وذلك يحدث عندما تشعر دوماً بالإحباط بسبب عملك الذي يثري شخصاً آخر. وليس ذلك فحسب بل قد تفضل عدم التعرّض إلى التعقيدات البعيدة المدى التي قد تنتج عن ذلك، كالجنون أو الموت المبكر.

تشير دراسة إثر دراسة إلى أن الناس الذين لا يتحكمون جيداً بمهنهم يعانون أكثر من غيرهم من الضغط النفسي والمشاكل الصحية. ثمة دراسة حديثة معروفة في هذا المجال أجرتها الحكومة البريطانية على موظفين بريطانيين يعملون في وظائف رسمية. لقد أظهرت هذه الدراسة أن معدّل وفيات الموظفين كانت أعلى بكثير من معدل الوفيات بين أصحاب المهن الحرّة والإداريين. . وقد خَلُص الباحثون إلى أن معدل الوفيات لدى الموظفين الأقل تحكما بمهنهم هو الأعلى أما معدل الوفيات لدى الإداريين في المراكز العليا فهو الأدنى.

إذاً أسهل طريقة للنجاح هي التحكم بحياتك إلى أقصى حد. فعدم القدرة على التحكم بحياتنا يعني الحيرة والضغط النفسي. .

★ افكار تغيِّر حياتك

اختر عملاً مناسباً لشخصيتك.

محاولة أن تكون شخصاً آخر مضيعة للوقت حقاً. اعلم أنك لن تعيش بسعادة أبداً ما دمت تحاول ذلك.

قم بالعمل المناسب لك فتنجح بأقل مقدار من الجهد والضغط النفسي.

تلك هي وصفة الكسول المنتج: اسعَ إلى النجاح بطريقة صحيّة لا تتلف أعصابك.

أحياناً يكون من الأهم للإنسان أن يكتشف ما لا يستطيع القيام به، أكثر من معرفة ما يستطيعه.

لين يوتانغ

اكتب دون أجر حتى يعرض عليك أحدهم أجراً. فإذا لم تتلقَّ عرضاً في غضون ثلاث سنوات، عندئذٍ انظر إلى ظروفك هذه بثقة على أنها إشارة إلى أن موهبتك أو دعوتك الفعلية هي تقطيع الخشب وليس الكتابة.

مارك توين

فعندما تعمل لشخص ما، وبخاصة لحساب منظُمة كبيرة تفقد حريتك، الأمر الذي قد يؤدي إلى الشعور بأن لا حول لك ولا قوّة وأنك مقيّد غير قادر على التحرك بحرية.. والسبب أن معظم الشركات في الوقت الحالي تسعى وراء الأرباح المادية القصيرة المدى أكثر مما تهمّهما حرية عمّالها ومصلحتهم. وحده تجنّب الوظيفة التقليدية قادر على جعلك تتحكّم بقدرك.

وليس معنى ذلك أن عملك عند شخص آخر لن يخولك الحصول على عمل ممتع شيق تستطيع أن تتخذ قراراتك فيه بحرية نسبية.. الواقع أن أناساً كثيرين حصلوا على ذلك.. ولكن معظم الوظائف الإدارية الكبرى في الشركات تتطلب منك العمل ساعات تزيد عما تريده.

يمكنك البقاء في شركة ما ويمكنك أن تصبح مبرمجاً كالباقين. فبعض الناس لا ينزعجون من النقاشات العقيمة ولا يمانعون في كتابة تقارير لا يقرأها أحد كما لا يزعجهم قيامهم بالأعمال الروتينيّة غير الخلاّقة أو كونهم مقيّدون بالدوام. فهؤلاء قادرون، طالما هم في وظيفة آمنة مؤمنة، على الكفاح مدة عشرين سنة أخرى حتى يبلغوا جنة التقاعد. ولكن القيام بعمل كهذا بالنسبة لأناس آخرين لا يجلب لهم الأمان ولا يعطيهم بالتأكيد الحرية.. وليس ذلك فحسب بل إن هؤلاء الناس يعتبرون عملاً كهذا أشبه بالسجن.

إن أفضل طريقة للتحكم بقدرك هي القيام بمهنة حرة والباحثون أكدوا أن معظم أصحاب المهن الحرة أسعد حالاً من الموظفين والسبب أن أصحاب المهن الحرة يتحكمون بساعات عملهم وجداول أعمالهم وبنوعية الأعمال التي يتمتعون بها.. إن الأشخاص الذين يعملون لحسابهم الخاص أو المتعاقدين يشعرون

★ أفكار تغيِّر حياتك

لا تتخصص في الأعمال التافهة إذا كنت تريد أن تصبح سيداً في الأعمال الهامة.

هذا هو المبدأ الأهم بالنسبة للناس الذين يحرزون نجاحاً كبيراً في مهنهم.

هذا الكلام هام جداً ولكنه من البساطة بحيث يتجاهله معظم الناس.

إن أحد الأسباب الرئيسية التي تجعل الناس عديمي الجدوى غالباً هو إهمالهم لموهبتهم ورسالتهم في الحياة وتحويل انتباههم وتوزيعه بين عدد كبير من الأشياء والأعمال غير الهامة.

ناثيال إمونز

بالحرية والرضا عندما يكسبون 15,000 دولار بالسنة أكثر مما يشعر بهما مدير مقهور يكسب 100,000 دولار في شركة من أكبر شركات البلاد. إن إحدى أهم الحسنات التي يتمتع بها أصحاب المهن الحرة هي عدم ارتهانهم لأحد فليس هناك من يأمرهم بتنفيذ مهمات ما. . هم يتحكمون بمكان عملهم ويملكون حرية تحديد وقت العمل وكيفيته. . يمكنك القيام بعملك الخاص بالوقت الذي يناسبك وبالطريقة التي تحب.

ولكن إليك هذا التحذير: المهن الحرة والأعمال الخاصة ليست مناسبة للجميع. . فهي تتطلب قلباً قوياً يستطيع صاحبه الابتعاد عن العمل التقليدي ويقتضي ذلك أيضاً إيماناً وتطلعاً وطاقة لتحضير منتج وتسويقه. . والواقع أن بعض الناس يحتاجون الشركات أكثر مما تحتاجهم الشركات. . فإذا كنت غير قادر على المجازفة واتخاذ قراراتك الخاصة فابق في العمل عند شخص آخر. . ولكن في هذه الحالة ابذل جهداً لتجد مركزاً يقدّم لك بعض الحرية في التصرف حتى تقدر على التحكم بمهنتك وحتى تشعر بالحرية فيما تفعله.

ولكني لا أريد أن أثنيك عن القيام بعمل خاص بك فلا تسمح لي أو لأي شخص آخر أن يقنعك بعدم القيام بعمل تعرف أنه فكرة جيدة. . إن تقديمك للناس عملاً منتجاً تؤمن به حقاً هو ما يجعلك تتمكن من إنجازه وحدك. . فالأشخاص الذين خبروا الحرية والازدهار والاستقلال المادي يستعملون إبداعهم لتطوير أفكار ومنتجات وخدمات مفيدة للآخرين. . ولعل أفضل مناخ للقيام بذلك هو خارج إطار مكان العمل التقليدي.

إليك أيضاً انذاراً آخر: لا تتوقع أن يساندك أصدقاؤك وعائلتك عندما تتخذ قراراً بالعمل لحسابك الخاص، وما سيحدث هو أنك ستجد بعضهم في شك وخوف مما أنت مقدم عليه وليس ذلك

★ أفكار تغيّر حياتك

عندما تحصل على العمل المناسب أو المهنة المناسبة ستعرف ذلك.

لن تشعر عندئذٍ بأنك تعمل.

بل أنك تستمتع بوقتك وتتلقى عن ذلك أجراً جيداً.

إن لم تكن محتاجاً إلى جني المال من أجل معيشتك، فقد تقوم بالعمل مجاناً عن طيب خاطر، وليس ذلك فحسب بل قد تدفع بسخاء من أجل القيام به.

لا يعتبر العمل عملاً تقليدياً ما لم تفضل القيام بشيء آخر.

ج.م باري

أنا فخور بالعمل مع غيرشوين Gershwin. كنت لأعمل معه مجاناً، وهذا ما فعلته بالفعل.

هاورد ديتز

فحسب بل إن بعض الناس قد يظنون حتى كأنك فقدت رشدك فيما الواقع أنهم هم من يظهرون إشارات تدل على فقدانهم رشدهم.

تشير الدراسات إلى أن الأشخاص الناجحين جداً قادرون على أن يتخطوا الرفض والانتقاد غير المبرّر. . وهم لا يخافون من التخلي عن عمل يضمن لهم الإحساس بالأمان، والمجازفة بمغامرة تعدهم بمزيد من الإثارة والتشويق والمتعة. . وقد ينتهي الأمر بهم بالعمل الشاق مدة سنة أو سنتين ولكنهم على الأقل يعملون لأنفسهم. . وأثناء ممارستهم لهذا العمل سيشعرون بأنهم أكثر حرية وغنى وصحة.

أنا ككاتب وكمحاضر بدوام جزئي أشهد على حسنات عدم العمل عند شخص آخر ـ فقد دفعت ثمن الاكتشاف والبحث عما أريد أن أكونه عندما أكبر. . أما الآن فأنا أعمل في ما يمتعني بحسب شروطي الخاصة! لماذا العمل من أجل واحد من ملايين المدراء طالما بإمكاني العمل من أجل مديري المفضل الذي هو أنا؟ ولأني أعمل وحدي تجدني أملك الحرية للنوم حتى وقت متأخر ولملاقاة إمرأة ساحرة في المقهى ولقطع عشرة أميال راكباً على دراجتي الهوائية ولمحادثة صديق مدة ساعتين. كل ذلك قبل أن أبدأ العمل ودون الخوف من مواجهة مدير متطلب.

إذا كنت مستعداً لدفع الثمن فستجد فرصاً عديدة لتصبح جزءاً من جمهور الكمبيوتر المحمول والكابوتشينو ـ لا بد أن من بين معارفك وأصدقائك من استغل فرصة العمل هذه في مجالات مثل الاستيراد والتصدير وبيع العقارات كمستشارين إداريين وكمهندسي برامج كمبيوتر وكأساتذة جامعيين بدوام حرّ ومؤلفين وفنانين ومحاضرين جامعيين ومعدي نشرات إعلامية خاصة ومديري مسارح مستقلّين.

★ افكار تغيّر حياتك

بغض النظر عن المقدار الذي تشعر به من متعة في العمل عليك أن تتقبل أن لا شيء يأتي بسهولة.

ليس هناك رحلة إلى النجاح خالية من الصعاب.

فأنت ستصطدم دوماً بعراقيل عليك التغلب عليها.

لا نبلغ النجاح لأن دروبنا كانت خالية من المشاكل بل لأننا امتلكنا قدرة كبيرة على التعامل مع المشاكل.

الواقع أنك ستشعر برضا عارم عند تغلبك على أصعب المشاكل التي اعترضت دربك.

وحده تجاوز الصعاب والتغلب عليها يمكّنك من أن تنجز الأمور العظيمة في هذه الحياة.

فالعمل في هذه المجالات قد أعطى هؤلاء الأفراد الحرية للعمل الذكي غير الشاق. . وبسبب تطبيقهم لمبادىء الكسول المنتج استطاع بعض هؤلاء الناس العمل مدة أربع أو خمس ساعات باليوم فقط.

العمل الحر لن يضمن لك الغنى بسرعة. ولكن الفرصة موجودة لتصبح غنياً في هذه الميادين. . يشكل أصحاب المهن الحرة في الولايات المتحدّة الأمريكية أقل من عشرين بالمئة من العاملين ولكنهم يشكلون 66 بالمئة من أصحاب الملايين. إن العمل لحسابك هو إحدى الطرق القليلة التي تضمن لك الغنى من خلال مجهودك وإبداعك وقدراتك الخلاّقة الخاصة. الحل هو بأن تؤمن فعلياً بأنك تستحق أجراً محترماً لقاء أفكارك وأعمالك ومنتجاتك لأنها تحسن حياة الناس وحالة هذا العالم.

أن تكون صاحب مهنة حرة أو صاحب عمل تجاري خاص أمر قد يقود إلى الغنى ولكن لا ينبغي أن يكون الوصول إلى الغنى هو هدفك الأساسي من وراء اختيارك هذا الدرب بل يفترض به أن يكون هبة إضافية. يرى معظم الذين يعملون لحسابهم أن الجائزة الكبرى التي يحرزونها ليست الإيراد المادي بل المتعة التي يشعرون بها بسبب استخدامهم ذكائهم وإبداعهم وحماسهم وقدرتهم على المجازفة من أجل تطوير منتج ناجح أو خدمة ناجحة.

ليس هناك ما يبعث في النفس الرضا أعظم من رؤية الناس يستخدمون بحماسة المنتج أو الخدمة التي تقدّمها والتي تساعدهم على تحسين حياتهم.



دفع ثمن ما تريده ليس أمراً سهلاً ولكنه أسهل من عدم دفع الثمن

لعلك سمعت سابقاً هذه القصة:

كان شخصان غريبان يتحادثان في أحد المقاهي ـ وكالعادة تحوّلت دفّة الموضوع للحديث عن عملهما.

قال أحدهما: «لطالما أردت العمل في السيرك. . وبعد سنتين من المحاولة حصلت على عمل في سيرك بايلي (Bailey's Circus). . والواقع أنني استمتع بالعمل فيه غالباً مع أنه عمل صعب. . أنا أعمل أربع عشرة ساعة باليوم ولكني أنال أجر ثماني ساعات فقط ـ أما المبلغ الذي أتلقاه فهو سبعة دولارات بالساعة. في هذا العمل علي أن أغسل عربات السيرك وأكنس الأرض وأخرج النفايات وأنظف حظيرة الفيلة. . . يعدني دائماً أحد المدراء بترقيتي ولكنه يصرخ دائماً في وجهي لأنه يعتقد أن عليّ أن أعمل بجد أكبر».

أجاب الرجل الثاني: «أنا لا أستطيع تحمل هذه السخافات. . لماذا لا تأتي للعمل معي؟ إنه عمل جماعي لذا تراه يسير ببطء. . إنهم يعاملونني بشكل جيد أما المبلغ الذين يدفعونه للمبتدىء فهو ثمانية عشر دولاراً في الساعة وهذا المبلغ يتضاعف إذا عملت ساعات إضافية. . كل ذلك مقابل حفر خنادق».

أجاب عامل السيرك بدون تردد: «ماذا؟ أأترك عالم السيرك من أجل حفر الخنادق؟ ذلك مستحيل. !»

الحكمة من هذه القصة هي أن عليك إذا أردت الانخراط في مهنة جديدة (بما في ذلك عالم الفن) أن تدفع ثمن ذلك. . والمؤكد أن النجاح يكلف صاحبه أحياناً جهداً كبيراً وقلقاً شديداً لا يستحق

★ أفكار تغيّر حياتك

حتى تنجح، عليك أن تدفع الثمن وهذا الأمر يستغرق وقتاً.

أولاً عليك أن تدفع على المشاريع الجديدة خمسة إلى عشرة أضعاف ما ستكسب منها وتسترجع في وقت لاحق ما يعادل ما بذلته من جهد ومال.

ولكنك مع الوقت ستكسب عشرة إلى عشرين ضعف ما دفعته على هذا العمل.

عندئذ سيستغرب الناس لماذا أنت محظوظ جداً.

يستحسن ويفترض بك أن تتوقع بعض المعاناة.

الأم تريزا

السعي وراءه حتى. إذا كنت تعتقد أن كل شيء في الحياة سيكون سهلاً فسيخيب الواقع أملك، متّع نفسك في الوقت الحاضر قدر ما تستطيع ولكن اعلم أنك ستعيش أوقاتاً عصيبة.

قبل أن تحقق أحلامك وتتوصل إلى العيش حياة مريحة قد تضطّر أن تعمل مقابل راتب زهيد وأن تتحمل المهام غير المرغوب فيها والأوضاع المزعجة. لربما اضطررت لسنوات إلى التنقل بسيارة قديمة الطراز بدل أن تتباهى بسيارة بورش خارقة ومكشوفة.. ولعلك ستضطر أيضاً للعمل عدداً أكبر من الساعات ولكن أنت تعرف أن النجاح له ثمن.

سأخاطر بإمكانية أن أبعث السأم في نفسك وأجعل من نفسي أضحوكة. سأطلعك على تجربتي الشخصية، وسأخبرك كيف كان علي دفع ثمنِ ما وصلت إليه اليوم ككاتب وناشر مستقل وكما هي الحال دوماً عندما يحقق شخص ما شيئاً من النجاح، يقول بعض الناس لا بدّ أنني كنت محظوظاً جداً أو لربما كنت أفضل من غيري في مجال ما.

الواقع أنه ليس عندي ميزة زائدة عن أي شخص قادر على التفكير بجلاء وعلى الكتابة كتلميذ في الصف الرابع متوسط وعن أي شخص راغب في الالتزام بمشروع ما.. عندما بدأت بعملي هذا تلقيت من الاحترام أقلّ مما يتلقاه ممثل فاشل علماً أن الممثلين الفاشلين لا يلقون أي تقدير.

تعود القصة إلى خريف العام 1989.. كنت قد نشرت للتو كتابي الأول.. ظننت أنه بوجود اسمي على كتاب يتحدث عن القدرة على الإبداع حصلت حكماً على المجد في حقل إلقاء المحاضرات وأني سرعان ما سأصبح مثل توم بيتر أو أنتوني روبينز فأجني 20,000 دولار أو أكثر مقابل كل محاضرة.. أما المكان الذي

★ أفكار تغيِّر حياتك

من الواضح أن عليك أن تدفع بعض الثمن قبل أن تحقق شيئاً يذكر.

لا تظنّ أنك ستدفع الّثمن ذاته الذي سيدفعه معظم الناس، سواءً من الوقت أو من الطاقة.

لا تقلل من شأن إبداعك قوة وجوهراً وقيمةً.

يمكنك أن تتسلق السلّم درجة درجة أو يمكنك أن تكون خلاّقاً فتتخطى عدة درجات معاً.

الفشل يلاحقني منذ الأعوام العشرة أو الأحد عشر الماضية.. وعندما ستغير الريح اتجاهها.. سيتغيّر وضعي.. أنا اليوم، أحاول أن أشق طريقي بصعوبة في هذه المرحلة الصعبة ماديًا، عاملاً على إنتاج فيلمي وعلى تنظيم أموري.

فرانسيس فورد كوبولا

كان عليّ الذهاب إليه فهو ڤانكوڤر Vancouver حيث كان من السهل جني المال لأن فيها شركات متقدمة وخلاّقة أكثر من تلك التي في إدمونتون أو ألبرتا Alberta أو هذا ما ظننته أنا. وقتذاك لم يكن لدي شك في أن الشركات ستقف بالصف لحجز محاضراتي وندواتي الناجحة عن موضوع الإبداع.

ولكن انتقالي إلى Vancouver جعلني أعيش أفضل الأوقات وأسوأها في آن. أخيراً استطعت أن أمضي الشتاء بعيداً عن صقيع إدمونتون وأرضها القاحلة الجليدية وهي مسقط رأسي ـ غير أن أوضاعي المادية كانت مقلقة جداً وصعبة بحيث أنني لم أكن أستطع تحمل أي انهيار عصبي.. كانت شقتي نصف مفروشة وكان الأثاث من النوع الذي لا يقبل به حتى جيش الخلاص. أما سيارتي فكان عمرها عشر سنوات ويتضاعف سعرها كلما عبأتها بالبنزين.. وكانت مظلتي الزهيدة الثمن التي كنت بها أتقي مطر Vancouver هي الشيء الوحيد الذي يدلّ على وضعي الاجتماعي.

بسبب مدخولي الضئيل الذي لم يكن يتجاوز الخمسمئة دولار بالشهر وهو الأجر الذي كنت أتقاضاه مقابل تعليم إحدى المواد في جامعة سيمون فرايزر Simon Fraser وبسبب عدم ادخاري إلا ألف دولار ووجوب دفع أقساط قرضي الدراسي البالغ 98,025 دولار وعدم وجود محاضرات ألقيها في المستقبل القريب، كان شراء رولز رويس واستئجار مدير منزل أمرين مستحيلين ـ على الأقل لمدة سنة أو سنتين. والواقع أن الأوضاع قد ساءت كثيراً بحيث فكرت في أن أطلب صدقة من العازفين المتجوّلين في شارع Granville قبل أن يطلبوا هم مني ذلك.

ولكنني بقيت أرى الأبعاد الإيجابية والصحيحة.. كان هناك جانب بطولي في حالتي.. فقد كنت أشبه بفنان يتضوّر جوعاً في

★ أفكار تغيّر حياتك

لا أحد يتوقع منك أن تحقق المستحيل.

يجب ألا تأمل أن تكون أكثر مما تستطيع أن تكونه. ليس من الممكن أن تتوصّل دائماً إلى ما تريده، بل لن تصل إلا إلى ما تستطيعه.

إذا عرفت حدودك وبذلت جهدك، ستصبح أقرب ما يكون إلى الكمال.

ليس هناك عقاب عديم الجّدوى أكثر من جهد عديم الجدوى وميؤوس منه.

ألبير كامو

لا تتخل أبداً عن موهبتك. . وكن كما أرادتك طبيعتك أن تكون، تلك هي طريق النجاح.

سيدني سميث

باريس.. ولعل أحدهم يوماً يكتب كتاباً عن معاناتي وكيف جعلتني هذه المعاناة شخصياً أقوى وكيف قادتني إلى تحقيق ما لا يستطيع تحقيقه إلا النخبة من البشر. إن معاناتي القاسية اليوم قد تصبح غداً واحدة من القصص الملهمة التي قد تذكر في مجلات مثل Entrepreneur- Fortune- Success و Business Week.

كان للأشهر الثمانية التي أمضيتها في Vancouver لحظاتها الحلوة.. فقد عشت المغامرة والرضا في قضاء بعض الوقت في مدينة مختلفة وما زلت حتى اليوم اعتبر Vancouver موطني الثاني.. فعلى الرغم من عدم حصولي على الكثير من المال تعمدت الذهاب مرة في الأسبوع على الأقل إلى مطعم فاخر لتناول العشاء.. وكنت قادراً على ركوب دراجتي براحة معظم الأيام وهو أمر لم أكن أستطيع القيام به في Edmonton بسبب الثلج والبرد.

أمّا الأخبار السيئة فهي أنه بعد مضي ثمانية أشهر لم تتحسن أحوالي المادية.. ولم يكن يلوح في الأفق أي أمل بأن ألقي محاضرة أو ندوة. لقد فررت من برد ادمنتون القارس لمواجهة شتاء Vancouver الذي كان شديد الرطوبة وأحياناً بارداً تقريباً كبرد بلادي. في مطلع الربيع ساءت الأحوال حقاً عندما لم يعد بإمكاني تسديد فواتيري.. فقررت عندئذ العودة إلى موطني واعترفت لنفسي وللآخرين بأنني كنت فاشلاً كمحاضر وكمستشار في حقل الإبداع.

عند عودتي إلى ادمنتون في منتصف شهر نيسان/ أبريل فكرت جاداً في الحصول على وظيفة ثابتة على الأقل مؤقتاً فلم يكن لدي إلا ندوة واحدة ألقيها في آيار/ مايو.. سيارتي بالكاد كانت تمشي.. وكان طبق الفاصولياء والأرز بالنسبة لي أفخر طعام أستطيع شراءه.. كنت أقود دراجتي الهوائية آملاً ألا تتفكك لأنه لم يكن بمقدوري تصليحها.. والأسوأ من هذا كله أنه كان عليّ أن

تسمح لك مخيلتك الخلاقة بالتفكير في الرحلة التي تستحق العناء، والحماس يدفعك للقيام بالخطوة الأولى. ولكن الصبر والمثابرةِ هما اللذان يوصلانك إلى المكان الذي تقصده.

لعلّ الخطيئة الكبرى واحدة: وهي «عدم الصبر»، وعدم الصبر يجعلنا غير قادرين على العودة إليها.

فعدم الصبر أخرجنا من الجنة.

و. هـ أودن

الله عز وجل يكره الانهزامي..

ساموئيل فسندن

أتحمل رفاقاً لي في السكن شاركوني فيه من أجل المساعدة على دفع تكاليف المنزل ذي الطابقين الذي استأجرته.

حاولت ثانية أن أرى الأبعاد الإيجابية والصحيحة من الأمور.. كنت مفلساً، عاجزاً عن دفع فواتيري لا أملك شيئاً، لا أملك فلساً، وليس لديّ أي رصيد في البنك.. لكني لم أكن قد وصلت إلى مرحلة الفقر ولا إلى العيش عيشة المتشردين والسكيرين ولا إلى الفقر المدقع ولا إلى التسول ولم أكن قد وصلت إلى مرحلة اليأس وعدم توفّر الفرص.. وكنت مواظباً على القيام بما أريده من تأليف الكتب وعقد الندوات.

بُعيد ذلك حدث شيء سحريّ.. سمّه إذا شئت تدخلاً إلهياً أو ضربة حظ أو مصادفة أو وقوف اللّه إلى جانبك.. أحياناً عندما تحتاج الحظ، تجده حقاً في طريقك ـ في نيسان استطعت أن أحصل على حجوزات بقيمة 15,000 دولار لقاء ندوات طلب مني عقدها في أيلول وتشرين الأول ـ هل كنت سعيداً؟ كلمة «سعيد» لا تعبرّ عن حالي.. كنت نشوان.. ولكن لم يكن هناك حجوزات لعقد ندوات بعد ذلك إلا في كانون الثاني من العام المقبل ـ ثم حصلت على 4,500 دولار أخرى..

تحسنت الأحوال حقاً منذ ذلك الحين.. ففي منتصف العام 1991 كنت قادراً على جمع مبلغ كافٍ من المال مع أنه كان عليّ اقتراض نصفه تقريباً، من أجل نشر كتابي «متعة عدم العمل» The Joy of not working. بسبب تطبيقي للمبادىء التي أوصيت بها في هذا الكتاب، استطعت أن أكسب مدخولاً محترماً يخوّلني العيش عيشة مريحة وكان المبلغ الذي جمعته يقارب صافياً المئتي ألف دولار أمريكي.. ولكن الأهم من ذلك هو أنني كنت مستمتعاً بما أفعل.. والأكثر من ذلك هو أن المدة التي احتجتها للعمل لم

★ أفكار تغيّر حياتك

لا تتوقع أن يتمّ أي شيء في هذه الدنيا بسهولة.
إذا نجحت في المحاولة الأولى فلا تكن مطمئناً إلى أن ذلك قد يتكرر.
إما ذلك وإما أن ما أنجزته أمر غير جدير بالتفاخر به.

وحدهم الهواة يقولون إنهم يكتبون من أجل التسلية.. فليست الكتابة عملاً مسلياً.. إنها خليط من حفر الخنادق وتسلّق الجبال ومخاض الولادة.. قد تكون الكتابة شيئاً شيّقاً، مهماً، مبهجاً، مرهقاً، مفرحاً، مروّحاً عن النفس، أما مسلياً.. فأبداً!

إدنا فربر

تتجاوز الأربع إلى خمس ساعات باليوم. وكنت أشعر بالحرية والازدهار أكثر مما يشعر به معظم الأغنياء في حياتهم المهنية.

عندما تسعى وراء حلم حياتك المهني ستكتشف كما اكتشفت أنا، أن بناء حياة تستحق أن تعيشها قد يكون صعباً أحياناً.. إذ عليك أن تدفع الثمن من أجل الحصول على مهنة مربحة ممتعة ذات هدف.. هذا يعني أن عليك أن تكرس نفسك كلياً من أجل الهدف الذي اخترته.. ولو قمت بأي شيء غير هذا لتعثرت عند أول عقبة.

يخبرنا معلمو «الزن Zen» أننا نحصل من خلال الألم على أدوات التحرر والخلاص. ومع أنك ستعاني من بعض الألم وعدم الشعور بالراحة عندما تريد الانخراط في ميدان جديد.. ولكن التجربة نفسها لن تكون مؤلمة لأنك ستقضي أيضاً أوقاتاً ممتعة.. والحقيقة أن شيئاً سحرياً سيحدث في حياتك حالما تتغلب على خوفك من القيام بعمل مختلف.. وفي هذا يقول غوتيه Goethe: «مهما يكن ما تفكر في أنك قادر على القيام به أو تؤمن بأنك قادر عليه، ابدأ به، فالحركة سحرٌ وجمالٌ وقوة».

عندما تسأل معظم الناجحين في الحقل الفني كيف وصلوا إلى ما هم فيه سيشيرون إلى المصادفات الغريبة التي حصلت معهم أكثر مما سيتحدثون عن المعاناة التي تكبدوها حتى وصلوا إلى شهرتهم.. بعض الناس يطلقون على هذه الصدف ضربة حظ أو مصادفة ولكن مهما كان الاسم الذي ستطلقه على هذه الصدف فستحصل عندما ستتحرك في النهاية سعياً وراء أحلامك المهنية، على مقدار كبير من هذه الأمور.

تأكد أن دفع الثمن ليس بالأمر السهل اليسير ولكنه أيسر من عدم دفعه. إن إيجاد أسهل الطرق لبلوغ السعادة والرضا هي طريقة الكسول المنتج. وأسهل الطرق لبلوغ السعادة والرضا على المدى

★ أفكار تغيِّر حياتك

كن واعياً لضرورة عدم القيام بشيء عندما يكون عدم القيام بشيء أمراً سليماً.

غالباً ما يكون من الأفضل أن تترك الأشياء تحدث بدل أن تحاول استعجال حدوثها.

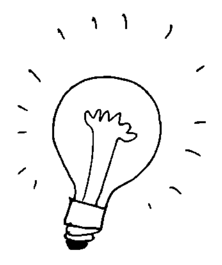
إن أفضل طريقة لتجعل ما تريده يفلت منك هو أن تيأس من حصوله.

لا تسعَ لأن تكون رجلاً ناجحاً بل رجلاً فاضلاً.

آلبرت اينشتاين

البعيد هو العمل في ما أنت ملهوف إليه متحمس له في المدى القريب.

عندما تتعلم كيف تواجه كل شيء حتى العمل الصعب والمهام الطويلة المملّة وتحمل المسؤولية ودفع الأثمان المرافقة لكل هذا ستعرف بالتأكيد أنك تحيا أحلامك وتحقِّق هدف حياتك.. إن التغلب على الصعاب يعني أنك استحقيت العمل في مهنة مثيرة تعود عليك بالربح المادي والمعنوي.. فمعرفتك بأنك تجاوزت الصعاب وأصبحت واحداً من الناجحين في ميدان عملك سيجعل طعم النجاح ألذ وأكثر مرضاة لغرورك.





إنّ بيع جزء من روحك اليوم مقابل عشرة آلاف دولار سيكلفك ثمناً مضاعفاً لاحقاً

ليس هناك شيء غير أخلاقي أو غير قانوني أو مقرف لا يقوم به الناس اليوم من أجل المال. . فالناس يكذبون على أزواجهم أو يسرقون مدراءهم الشرفاء أو يسطون على منازل ومؤسسات أو يؤذون الأبرياء من الناس أو يخطفون الأولاد الذين لا حول لهم ولا قوة أو يبيعون أولادهم أو يمارسون الجنس مع الغرباء أو يقتلون أقاربهم من أجل ماذا؟ من أجل الحصول على المال.

ويفكر بعض الناس في بيع ضمائرهم على أمل الحصول مقابل ذلك على مبلغ كبير. ولكن هؤلاء الناس ـ ويا للأسف! ـ لم يمعنوا التفكير كفاية. . فثمة أناس آخرون أيضاً يبحثون عن الحياة السهلة وهم مستعدون إلى بيع ضمائرهم أيضاً مما يجعل ثمن هذه الأرواح ينخفض بسبب الفائض منها في الأسواق.

جرب أحد الأشخاص مؤخراً عرض ضميره للبيع بالمزاد العلني عبر موقع الـ e Bay على الأنترنت. بدأ المزاد بدولار واحد ثم وصل أعلى سعر إلى عشرين دولاراً وخمسين سنتاً. . ولكن مدراء هذا الموقع أوقفوا البيع قائلين إن هذا الرجل لا يملك دليلاً على حيازته البضاعة ناهيك عن عدم قدرته على تسليمها.

يعتقد بعض الناس الذين لا يستطيعون بيع ضمائرهم علناً أن الغش والخداع والسرقة هي البدائل المناسبة لتحقيق نجاح مادي. . ولكن بعض الناس يرتكبون جرائم أخطر كالخطف أو الأذى الجسدي أو القتل من أجل الحصول على المزيد من المال الذي يريدونه من أجل العيش بترف والواقع أن المال هو المحرّض والمسبب لتسعين بالمئة من الجرائم في أمريكا الشمالية.

قم دائماً بالعمل الصائب مهما بدا لك هذا العمل صعباً. على المدى البعيد سيتبيّن لك أن هذا النوع من الأعمال هو الأسهل والأوفر ربحاً.

خير لك أن تحقق نجاحاً صغيراً من أن تبلغ نجاحاً يفوقه خمسة أضعاف إنما يشوبه الغشّ والطمع.

لا تسعَ إلى الأرباح غير المشروعة فهي بمثابة الخسائر.

هزيود

من الممكن أن نبّرر للناس في البلاد النامية الذين يكافحون من أجل لقمة العيش حين يلجؤون لارتكاب جرم تافه من أجل بضعة دولارات! ولكن ما لا يمكن تقبله وفهمه هو أن أناساً كثر في الشعوب الغربية يفرّطون بمعتقداتهم الدينية وقيمهم الأخلاقية في سبيل كسب المال. في مجتمعاتنا فرص لكسب المال بوسائل شريفة لذا من المخزي حقاً أن نجد رجال الأعمال والمحامين والسياسين يتورطون بالأعمال غير الشرعية في سبيل مضاعفة ما يحصلون عليه من مداخيل هي في الحقيقة مداخيل مذهلة حقاً. . في الشعوب الغربية العديد من الأشخاص الموهوبين ولكنهم موهوبون عديمو الضمير هم في حاجة ماسة إلى علاج نفسي.

كثيراً ما سمعت أنه ليس لدى الشخص الصادق في العالم فرصة ليصبح غنياً. . وما ذلك إلا كذبة واهية اختلقها الأشخاص غير الشرفاء وغير الخلاقين. والواقع أن الدراسات تشير إلى أن أحد أهم عوامل نجاح أصحاب الملايين العصاميين هو صدقهم في شؤونهم التجارية وأعمالهم وليس ذلك فحسب بل إن العديد من الأشخاص الفقراء أحرزوا غنى مذهلاً بسبب عملهم في مهن محترمة وإظهارهم النزاهة والاستقامة في جميع شؤونهم المالية.

إن النزاهة ضرورية لتحقيق الحرية المادية والغنى فالناس الذين يشعرون في أعماقهم أنهم أثرياء نادراً ما يسيئون إلى نزاهتهم من أجل المال. وإن فعلوا ذلك فإنما يحدث ذلك معهم في لحظة ضعف لا يكونون فيها منتبهين لما فعلوه ولكنهم سرعان ما يعيدون أنفسهم إلى الطريق المستقيم. . الكسول المنتج لا يضحي براحة باله وسمعته من أجل أن يكسب المال بطرق مرُيبة مشبوهة وهو لا يضطر للجوء إلى الخداع. فلأنه واثق بقدراته تجده يستغل العديد من الفرص المتوفرة من أجل كسب المال بطرق شريفة محترمة.

★ **أفكار تغيّر حياتك**

إن ما يدمّر الشخصية أكثر مما ينبغي هو شهوة المال والنجاح.

اجنِ المال وأحرز النجاح من خلال خدمة الآخرين وليس على حسابهم.

عندما تنظر إلى المرآة، ترى أكبر مثير للمشاكل في حياتك.

أنت لا تريد أن ترى في المرآة، عندما تنظر فيها، صورة محتالٍ أيضاً.

أن تكون شريفاً يعني أنك الشريف الوحيد من بين عشرة آلاف رجل.

ويليام شكسبير

عندما نُسأل يؤكد كل واحد منا أنه صادق شريف ولكن كل واحد منا يملك على الأقل شيئاً من الاحتيال. فلا شكّ أن كل شخص كان مرة أو أكثر غير شريف لأن لا أحد منا كامل.. ويمكننا القول إننا جميعاً تقريباً قد عقدنا صفقة يوماً مع الشيطان من أجل المزيد من المال.. ولكن الحدود التي نرسم عندها الخط الذي نعود عنده إلى سكّة الصواب هي التي تحدّد درجة نزاهتنا.

إن أفضل خطة هي الالتزام بالصدق والاستقامة إلى أقصى حدّ ممكن، بغض النظر عن الفرص التي قد تتاح لنا من أجل الحصول على المال بدون تعب أو جهد.. وربّ سائل يقول ما الضير في التهاون مع أنفسنا قليلاً بين الحين والآخر بحيث نستطيع أن نغشّ بعض السذّج من أجل كسب بعض الدولارات؟ ما الجواب؟ الجواب هو أن الضرر الكبير سيرتد علينا في وقت لاحق.

يجب أن يثنينا قانون الكَرْما عن الكذب والغش فمفاده أن ما نفعله بالآخرين سيرتد علينا بشكل أو بآخر.. فإن وضعنا هذا في بالنا، فعلينا الالتزام بالصدق الكامل، حتى لو كان ذلك يعني أن تتأثر أوضاعنا المادية في المدى القريب.

الحاجة إلى أن نكون صادقين مع أنفسنا هي أيضاً من النقاط الهامة في الموضوع، فالقيم الأخلاقية لا تكتسب أهميتها إلا حين نحترمها مع جميع الناس إلى أقصى حد.. بالمقابل نحصل على راحة البال والرضا لأنّنا لم نلجأ إلى الغش والخداع لنحصل على المال. يقول هنري ميلر: «ما يميز غالبية الرجال عن بعض الرجال هو عدم قدرتهم على التصرف وفق معتقداتهم». فإذا كانت قيمك الغالبة هي الصدق والاستقامة واللياقة والنزاهة والمبادىء الأخلاقية فمن الأفضل لك أن تحيا على هذا الشكل بغض النظر عن الأصدقاء والمعارف الذين يظهرون استهتاراً بهذه القيم.

★ أفكار تغيِّر حياتك

ما تفعله اليوم ينعكس عليك عاجلاً أم آجلاً.

يقول بوذا: «قانون الكَرما يعني أن أي شيء سيء تقدم عليه لن يمكنك الإفلات من عقابه».

تستطيع أن تعلم من خلال ما تفعله اليوم، ما إذا كنت ستحب ما سيأتيك في المستقبل، وذلك من ثمار أعمالك.

سيظل الفقير والجاهل يكذبان ويسرقان طالما أن الغني والمثقف يظهران لهما كيف يتمّ ذلك.

ألبرت هابارد

لعل أفضل خطة من وجهة النظر المهنية هي عدم التورط بعمل أو نشاط تجاري أو أي مشروع مادي يقوم على منتج قيمته مشكوك في أمرها. طبّق هذا المبدأ حتى لو كنت تفكّر في أنك قادر على تحقيق صفقة رابحة من هذا العمل، ولعل تحقيق صفقة تجارية رابحة بواسطة الغش يبدو لك طريقة سهلة للحصول على المال النقدي بسرعة. لكن إعلم أن بيع جزءٍ من ضميرك مقابل عشرة آلاف دولار اليوم، يكلفك في المستقبل أضعافاً مضاعفة.

النزاهة هي نتاج شخصيتك وطريقتك في الحياة فأنت لن تستطيع شراء النزاهة إذا ما فقدتها يوماً، بغض النظر عن مقدار المال الذي جنيته من صفقة تجارية مشبوهة. . فإذا انحرفت قليلاً عن الصدق فسيكشف أمرك عاجلاً أم آجلاً والآخرون سيترددون في التعامل معك من جديد. إن ما لا تريده هو أن تخسر ثقة الآخرين بك، فالثقة هي العامل الأهم للمحافظة على العلاقة المهنية المتينة.

من المهم أن تتذكر أن شعورك بالرضا يتأتّى عن جني المال بطريقة ترضيك وتفيد الآخرين. . . لن تشعر بالرضا إذا كنت غير شريف أو إذا كنت تغشّ الآخرين. ما لم تكن تملك عقلية المافيا، فحتى لو جمعت أموال قارون، ستجد صعوبة في الاستمتاع بالكسب الذي حققته إذا فقدت احترامك لنفسك واحترام الآخرين لك.

إن المحافظة على احترام نفسك وعلى كرامتك أمر ضروري وأساسي لإحراز النجاح والسعادة شرط ألا تحمّل نفسك ضغطاً نفسياً غير ضروري فأنت لن تريد مواجهة نفسك كل صباح بعدم الثقة بها. . عليك أن تكون مثل الكسول المنتج الذي يسلك الدرب المريح إلى النجاح. . وهذا يعني أن عليك أن ترفض تعريض نزاهتك واستقامتك للشبهة لأي سبب من الأسباب ومن أجل كان وأي شيء وأي مهنة.

الفصل الثالث

إبداعك هو ما يجعلك مليونيراً



متى بدأ ابداعك يعمل لن يستطيع شيء أن يقف في طريقه

عبر الأزمان أكّدت الديانات كلها والحضارات جميعها أن قوة الفكر قادرة على خلق حياة جديدة بأن نعيشها.. وفي الإطار نفسه يمكن اعتبار أن كل النجاحات التي نحرزها في حياتنا تعتمد على نوعية تفكيرنا الذي يعتمد بدوره إلى حد كبير على الأفكار المبدعة.. والواقع أن استثمار إبداعنا يساهم في راحتنا النفسية والجسدية أكثر من أي شيء آخر نفعله بحياتنا.

التفكير المبدع هو كالحقّ فكلاهما يحررك ويخلصك.. فكلما كان تفكيرك مبدعاً، قلّ اعتمادك على العمل الشاق من أجل إحراز النجاح. ولا شيء في هذا العالم قد يعود عليك بالربح الوفير على المدى البعيد كالمشاريع الخلّاقة وهذا ما يجعل الإبداع جوهر حياة الكسول المنتج.

الإبداع أداة قوة لأي شخص راغب في بذل الجهد الضروري لتطوير هذا الإبداع واستعماله.. وفي هذا الإطار تجد أن الباحثين في مجال الخلق والإبداع يشيرون إلى أن الفرق الأعظم ما بين أولئك الذين يستعملون ويستثمرون إبداعهم وما بين الذين لا يستعملونه هو أن الذين يستعملون هذا الإبداع يعون بكل بساطة بأنهم خلاّقون بطبيعتهم ويستخدمون قدرتهم هذه لمصلحتهم.

لا تخطئن الظنّ أبداً: فأنت أيضاً قادر على تطوير موهبتك الخلاقة وجعلها المصدر الأهم للثروة ولإحراز الاستقلالية المادية وللمحافظة بشكل خاص على سعادتك.. وكما يقول دايفد لترمان: «متى بدأ ابداعك يعمل، لن يستطيع شيء أن يقف في طريقه».. إن استخدمت فكرك الخلاّق إلى أقصى حد حسنت حياتك إلى أقصى

★ أفكار تغيّر حياتك

استمتع بالطريقة التي أوصلتك إلى النجاح دون أن تتوقع نتائج معينة.
اعتقادك بضرورة التوصّل إلى نتيجة معينة في وقت محدّد يؤدي إلى مشاكل أكثر مما يستحق الأمر.
إعمل من أجل هدفك ولكن دع للحياة أن تفاجئك بالعطايا التي ستتلقاها على الطريق.

إن الذي لا يضحي بعمل شيء خيّر بالحاضر من أجل الحصول في المستقبل على خير أكبر، أو لا يضحي بشيء خاص من أجل شيء عام، إنما يتحدث عن السعادة كما يتحدث الأعمى عن الألوان.

أولمبيا براون

حد أيضاً فحالما تقتنع في أعمق أعماقك بأنك حقاً شخص خلاّق، تخطو الخطوة الأولى على الطريق الذي يوصلك إلى ما تريده من الحياة بهدوء وراحة.

إليك مبادىء الإبداع السبعة عشر التي تشكّل أساس كتابي «متعة التفكير الخلاّق» «The Joy Of thinking Big».

- اختر أن تكون مبدعاً.
- ابحث عن حلول عديدة.
- سجّل أفكارك.
- حلّل أفكارك تحليلاً دقيقاً.
- حدّد مشكلتك بوضوح.
- اعتبر مشاكلك فرصاً.
- ابحث عن الوضوح.
- لا تخشَ المجازفات.
- تجرأ وكن مختلفاً.
- لا تتقيد دائماً بالمنطق.
- استمتع بما تفعله وامرح كالأطفال.
- كن عفوياً.
- عش في اللحظة الراهنة.
- فكّر بطريقة غريبة وغير اعتيادية.
- تحدّ القواعد التقليدية والأفكار المسبقة.
- خذ وقتك كاملاً عند اتخاذ قرار هام.
- كن صبوراً ومثابراً.

أنا أرى أن تطبيق المبادىء السبعة عشر هذه يوماً بعد يوم يجعل أي شخص بمن فيهم أنت أكثر إبداعاً.. كما أن درجة تطبيقك لهذه المبادىء ستحدّد إلى أي مدى ستصبح سعيداً وناجحاً في الحياة.

هناك مبدآن للنجاح الخلّاق: أحدهما عام والثاني محدّد.
المبدأ العام هو أن كل فرد يملك القدرة ليكون خلاقاً وليترك أثراً في هذا العالم.
المبدأ المحدد هو أن كل شخص تقريباً تطوّع ليكون معفياً من المبدأ العام.

الناس بالفطرة متشابهون تقريباً، ولكن عملياً هم مختلفون جداً.

كونفوشيوس

لا أحد يولد عبقرياً بل يصبح عبقرياً.

سيمون دو بوفوار

هذه المبادىء قابلة للتطبيق سواء أكنت تعمل عملاً حراً أو تدير شركة ناجحة أو تعمل عند شخص آخر.

من وجهة النظر المادية، ليست ثقافتك أو مهنتك أو منزلك أو حسابك المصرفي هي أهم ممتلكاتك الثمينة بل دماغك هو الأثمن فالقيمة التي تحدّدها لعقلك الخلاق يجب أن تُقدّر على الأقل بمليون دولار لأن بإمكانك استعماله لمضاعفة تلك القيمة أضعافاً مضاعفة في سنوات حياتك.. ولهذا السبب بالذات يمكن لإبداعك أن يجعلك مليونيراً.

كن أكثر إبداعاً فتتزايد يومياً أفكارك التي ستساعدك على العيش وجني المال.. فعندما تنشىء مجموعة أفكارك الخاصة عن كيفية جني المال فستبدأ فعلياً بالشعور بأنك أغنى. تأكد أنك تسّجل هذه الأفكار. أنا في الواقع أستعمل شجرة أفكار مرسومة من أجل إضافة أفكار لكتب جديدة ومشاريع أخرى أجني منها المال. إنه لمن المدهش حقاً كيف أن النظر إلى هذه الأفكار ينتشلني من بؤسي في اليوم الذي تبدو فيه الأمور قاتمة.

كلما اعتبرت نفسك شخصاً خلاّقاً، شعرت بأنك أكثر غنى وثقة بالنفس، الأمر الذي يجعلك قادراً على جني المزيد من المال من أجل نفسك بدون أن تتعب في العمل.. ولكن ذلك لا يعني أنه ينبغي عليك أن تظهر للعالم اليوم أنك غنيّ عبر بعثرة نقودك على شراء سيارة Porshe أو BMW بـ 75,000 دولاراً. إن شراءك لسيارة كهذه يأتي لاحقاً عندما يصبح رصيدك في البنك كبيراً.

ولكن ذلك لا يعني أن تحرم نفسك من إنفاق 25$ على عشاء تقضيه مع صديق تناقش معه مشاريعك الإبداعية.. عندما تفعل ذلك ستشعر بالنجاح ماديّاً استعداداً للاستمتاع بالنجاح الشخصي والغنى اللذين ستحصدهما في المستقبل.

★ أفكار تغيّر حياتك

لا تقنع نفسك بأنك لم تولد موهوباً ومحظوظاً كآخرين.
اليد التي ولدت بها ليست بأهمية ما يمكن أن تستخدمها لإنجازه.
يمكنك دائماً أن تعوّض بالإبداع عما تفتقر إليه من موهبة أو حظ جيد.
الحياة أشبه بلعبة.
لا أهمية لما تملكه من أدوات ما دمت لا تحسن اللعب.

يمكنك أن تستفيد من أي شيء لا قيمة له.

أليزابيت برسفورد

القدرة على عمل شيء هي ثروة الرجل الفقير.

ماثيو رين

إذا اعترفنا أن إبداعك هو أعظم شيء تملكه، فمن المهم أن تعتني به أكثر من اعتنائك بأي سيارة رياضية قد تمتلكها واعلم أن إبداعك بحاجة إلى صيانة دائمة كما تحتاج السيارات الرياضية إلى صيانة. يجب أن تقوم بضبط إبداعك وصقله باستمرار حتى تستفيد منه إلى أقصى حد.

عليك أن تقرر كيف تستعمل إبداعك للحصول على ما تريده من هذه الحياة... لقد ألّفت العديد من الكتب في هذا المجال وتحدّثت عن كيفية المحافظة على إبداعك وتحسينه.. والواقع أنني اعتبر كتاب الضربة العنيفة على جانب الرأس «A whack on the side of head» لمؤلفه «Roger Von Oech» هو الأفضل.. ليس لأن لهذا الكتاب «عنواناً مميزاً» بل لأنه كتاب ممتع تسهل قراءته.. وإن كنت مهتماً بالبحث من المزيد من الإبداع على الصعيد الفني أنا أنصحك بكتاب جوليا كاميرون: «The Artist's way» الذي سيفيدك حتى لو كنت غير راغب في السعي وراء عمل يرتبط بالفنون.. ولكن لا تتوقف بعد قراءة كتاب أو كتابين.. فأنا أحاول أن أقرأ كل كتاب جديد يتناول موضوع «الإبداع».. فكلما قرأت كتباً، أصبح إبداعك المورد الرئيسي للحصول على ماتريده بدون عجلة.

أعلن هوبرت. هـ. هامفري: «إن معظم التقدم الأميركي كان ثمرة عمل أفراد امتلكوا أفكاراً وسعوا إليها وصنعوها وتشبثوا بها بعناد رغم تضافر كل العوامل ضدهم ثم أنتجوها وباعوها واستفادوا منها». وثمة أمر واحد مؤكد هو أن هذا لن يتغير في المستقبل، فالأفراد العاملون على المشاريع المبتكرة سيتابعون العمل من أجل تأمين الفائدة القصوى للبشرية وسيحرزون على المدى البعيد نجاحاً مذهلاً على الصعيد الشخصي.

★ أفكار تغيِّر حياتك

إبداعك هو أغلى مقتنياتك وأعظم ضمانة لك.

احرص على عقلك أكثر من حرصك على سيارتك إلا إذا كنت تعتبر أن سيارتك أهم من عقلك.

وإن كنت تعتبر فعلاً أن سيارتك أهم من عقلك فلازمها إذاً ودعك من أي شيء آخر.

التفكير النبيل يصبح صعباً عندما لا يفكر المرء إلاّ بالكسب المادي.

جان ـ جاك روسو

تكمن السعادة في الفرح الذي نشعر به عندما ننجز شيئاً ما وفي الإثارة التي يبعثها فينا بذل الجهد الخلاّق.

فرانكلين روزفلت

كلما كان تفكيرك خلاّقاً، قلّت همومك وخفّ قلقك

تذكر أن الفكرة الأساسية في هذا الكتاب هي أن: عليك، إذا كنت تريد أن تعمل أقل وأن تحرز مع ذلك ما تريده من حياتك، أن تفكّر أكثر من الشخص العادي. ولكن التفكير أكثر من الشخص العادي لن يكفي إذا كان تفكيرك موجهاً باتجاه الأشياء غير المناسبة.. فعلى أفكارك أن تكون راقية أي إيجابية وخلاّقة.

فكلما كان تفكيرك خلاّقاً وإيجابياً، قلّت همومك وخف قلقك.

يؤكد الباحثون أن الشخص العادي تمرّ في فكره يومياً سبعين ألف فكرة قد تزيد عشرة آلاف أو تقلّ عشرة آلاف. وبمعنى آخر أن الشخص العادي تمرّ في فكره يومياً ما بين الستين والثمانين ألف فكرة.. قد تقول لنفسك: «إن هذا مدهش حقاً! تصوّر قدرة أفكارك لو أن جزءاً بسيطاً منها تحوّل إلى عمل خلاّق!». هذا التعليق صحيح حتى الآن، ولكن ثمة مشكلتين: الأولى هي أن هذه الأفكار غير مميزة لأنها تخطر ببال الجميع منذ وقت طويل. والثانية هي أن معظمها أفكار سلبية نابعة من الخوف والقلق.

إن ما يبّدد قدرة الإبداع ويضيّعها أكثر من أي شيء آخر هو الخوف والقلق.. فبعضنا ممن يرغب في تأليف الكتب يمتنع عن ذلك بسبب الخوف من ألا يقبل أحد بنشرها.. وبعض الذين يملكون موهبة فنية يتسجلون في كليّة الحقوق لأنهم يخشون ألا يرغب أهلهم في أن يصبحوا ممثلين.. وثمة آخرون ممن يملكون أصواتاً رائعاً يصبحون رغماً عنهم محاسبين، والسبب خشيتهم من ألا يستطيعوا أن يكسبوا رزقهم من الغناء.

ويعمل معظم الناس أكثر من المطلوب لأن الخوف والقلق

★ أفكار تغيّر حياتك

عندما تبدأ عملاً في حقل جديد، استخدم مخيلتك.
حتى تكسب مصداقية، عليك أن تكون خلاّقاً أكثر من الخبراء والمخضرمين بعشرة أضعاف.
من حسن الحظ أن ذلك ليس على تلك الدرجة من الصعوبة.

استخدم دماغك.. فالأمور الصغيرة لها أهمية كبرى.

غرافيتي

نحن نعرف أن العبقرية هي أن تزود الأغبياء بالأفكار ولكنهم لن يفهموها إلا بعد عشرين سنة.

لويس أراغون

ثق بذلك الصوت الهادىء الصغير الذي يقول: «قد ينجح هذا العمل وأنا سأجربه».

ديان ماري تشايلد

يتحكمان بهم بدل أن تتحكم بهم عقولهم الخلاّقة. . فهذا الخوف وذاك القلق يجعلانهم يعتقدون أن الطريقة الوحيدة التي تمكنهم من تأمين مستقبل مضمون مادياً هي عبر العمل في شركات منظّمة والعمل بجهد. . والنتيجة تكون أن هؤلاء الناس يعيشون حياة غير متوازنة، ملأى بالضغط النفسي وخيبة الأمل.

مما لا شك فيه أننا ننمي طاقة إيجابية من خلال الأفكار الإيجابية. إن الأفكار السلبية كالخوف والقلق والحسد والكره والغضب تكبت الروح الإنسانية ولا تفعل شيئاً لمساعدتنا للحصول على ما نريده في الحياة. . لا يمكننا أن نشعر بالبحبوحة ونؤمن دخلاً جيداً إلا عندما ننتصر على الخوف والقلق بواسطة التفكير الإيجابي. .

إن بعض المحاضرين في موضوع حوافز العمل يؤكدون أنك لا تستطيع أن تسمح لنفسك بالتفكير فكرة سلبية واحدة. غير أن تفادي كل الأفكار السلبية ليس بالأمر السهل. ولا أعتقد أن أيّ إنسان على الأرض قادر على محو كل الأفكار السلبية من ذهنه. إلا أن إلغاء معظم الأفكار السلبية يمكنه أن يساعدنا كثيراً في الحصول على ما نريده من الحياة.

سأطلعك على تجربتي الشخصية في هذا الإطار، لتعلم كيف أُجبرت على استخدام الأفكار الخلاّقة والإيجابية لتخطّي الخوف والقلق. وهذا ما جعلني أجلب إلى حياتي المزيد من البحبوحة والراحة النفسية والجسدية. قبل أن أبدأ كتابي هذا بثلاث سنوات، كانت مبيعات كتابي الذي نشرته على حسابي الخاص تتراجع تدريجياً حتى بلغت حدّاً لم تعد فيه تؤمّن لي مدخولاً لائقاً. ومع أنني كنت قد ادّخرت مبلغاً جيداً إلا أنني كنت دائماً قلقاً على دخلي المالي. استمرّت هذه الحال بضعة أسابيع حتى أني فكّرت

تصوّر أنك تسيطر على حياتك.

السؤال هو:

لماذا عليك أن تتصوّر ذلك؟

لم يسبق لمتشائم قط أن اكتشف أسرار النجوم أو أبحر إلى أرض عذراء أو فتح لفكر البشر طاقة تطل على الجنة.

هيلين كيلر

القلق شيء غير مجدٍ تماماً كتركيب مقبض ثلج.

ميتزي تشاندلر

بأن أجد وظيفة ثابتة تعطيني أجراً منتظماً (حين أفكر بذلك الآن، أرى أن الجنون تحكّم بي تحكماً مؤقتاً).

من المؤكد أن قلقي على المصير لم يحسّن الأمور. وفي أحد الأيام، بينما كنت أجلس في أحد مقاهيّ المفضّلة، عدت بذاكرتي إلى تلك السنوات التي كنت فيها مديناً بثلاثين ألف دولار ولم أكن أدري من أين سأحضر إيجار بيتي للشهر التالي. وتذكرت كيف أنني استطعت في تلك الفترة أن أمشي مع التيار رغم كل شيء، وأقوم بتأليف كتب درّت علي مدخولاً جيداً. وفجأة تكشفّت أمام عيني حقيقة، وهي أن وضعي أكثر من جيد في الحياة. فأنا أنعم بصحة جيدة وبالدرجة ذاتها من الأهمية كنت أيضاً أتمتع بقدرة على الإبداع. وهذا النوع من الممتلكات لا يمكن أن يقدّر بثمن. وعندما فكرت بكل هذا وأدركت ما أدركته أحسست بالاسترخاء والتفاؤل.

وبعد تبدّد القلق، استطعت أن أستلهم ابداعي في ذلك الوقت بالذات، وأنا داخل ذلك المقهى. لم تمضِ على مكوثي هناك نصف ساعة حتى كنت قد وجدت ثلاث أفكار لكتب جديدة. حتى الآن نشرت اثنين منها. وضعت جانباً الكتاب الثالث رغم أن فيه إمكانيات لا تصدّق، لأكتب مجموعة أخرى من ثلاثة كتب بما فيها هذا الذي تقرأه الآن. أما الكتاب غير المنجز فإنّي أحتفظ به ذخيرة في حال افتقرت في مرحلة ما للأفكار الخلاّقة.

يبدو لي ما حصل ذلك اليوم غريباً حقاً. ولكن إزاحة الهموم لنصف ساعة من فكري حوّل وضعي من وضع يائس إلى فرصة هامة ماديّاً وإبداعياً. وبعد أن أعدت الأمور إلى نصابها استطعت أن أتخطّى القلق الذي كنت أعيشه. لقد مكنّتني هذه التجربة من

★ أفكار تغيِّر حياتك

من المؤكد أن طريقة عمل فكرك تؤثر بك.
فكّر أن الحياة سهلة؛ أو أنها صعبة.
وفي الحالتين ستكون على صواب.

إن خطورة الأمور التي نخشاها أشدّ من خطورة تلك التي نرغب بها.

جون شورتن كولنز

إذا أراد الإنسان النجاح وسعى إلى الفشل فسيحصل على ما سعى إليه.

فلورنس سكوفل شين

أعود شخصاً خلاّقاً، وكاتباً متكيّفاً مع كل الظروف عوض أن أكون إنساناً يتحكّم به القلق والخوف.

في السنوات الثلاث التالية عملت ما يعادل ساعتين أو ثلاث ساعات يومياً ليس أكثر وليس من أربع إلى خمس ساعات كما كنت أفعل عادة. استطعت أن أعيش براحة مادية وأن أزيد مدّخراتي أربعين ألف دولارٍ أخرى. أما مصدر هذا المدخول فهو تلك الساعات الثلاث أو أقلّ التي كنت أعملها كل يوم. من الواضح إذاً أن القلق الدائم على مستقبلي المالي ما كان ليحدث أي فرقٍ إيجابي في وضعي أو أن يحسّنه.

تعلّمت من أوضاع كهذه أن محاولة معالجة المشاكل بهدوء واسترخاء هي أفضل سبيل لحلها. وعوض القلق من الأزمة يستحسن الاستسلام لها فذلك مجدٍ أكثر، الاستسلام لمشكلة ما يعني أن تتقبل وجودها، وتحلّلها ثم تستنبط حلولاً ذكيّة لحلّها.

وفي أعقاب ذلك ينبغي أن يتمّ تنفيذ هذا الحلّ. ولتتمكن من تطبيق الحلول الخلاّقة، عليك أن تتغلّب على الخوف مما سيحدث في حال الفشل. والتغلب على الخوف ممكن سواءً كان سببه نقص المال أو أي شيء آخر، وذلك عبر مواجهة هذا الخوف. ما لم نراقب دوماً شبح الخوف ونضبطه، ينمو هذا الشبح دونما رادع، ويبلغ من الحجم ما يخوّله التأثير بحالتنا النفسية تأثيراً بالغ الخطورة ويشلّنا شللاً كاملاً.

من الصعب أن تجد أفكاراً خلاّقة لكسب المال وبلوغ النجاح إذا كنت تحت وطأة القلق الدائم. وحتى لو تمكنت من استنباط فكرة أو اثنتين، فسيتّضح لك أنها غير ذات جدوى حين تكون في مثل هذه الحالة. مما لا شك فيه أنك حين تقلق كثيراً، ستخشى

★ أفكار تغيّر حياتك

فكر بأمور بسيطة إذا لم يكن لديك خيار آخر.
ولكن على الأقل فكّر.
القليل القليل من الأفكار المبدعة تجعلك تتقدّم أشواطاً عن باقي البشر.
إن الأشخاص الذين لا يفكّرون بطريقتهم الخاصة يصبحون عبيداً للأفكار السائدة والأعمال الفاشلة التي يدعو إليها المجتمع.
من المحزن أن يكون هؤلاء عاجزين عن تحقيق أي فرق في هذا العالم.

أبدع ما في عقل الإنسان هو التفاوت في مستويات المحدودية بين شخص وآخر.

سيليا غرين

حتى طائر نقّار الخشب يدين بنجاحه لاستخدامه رأسه.

حكيم مجهول

المجازفة بتطبيق أفكارك، مهما كانت مميّزة.

من المدهش أن يظنّ معظم الناس أن القلق يخدم أهدافاً هامة لكن العكس صحيح، ففي النهاية يذهب كل القلق هدراً. بل إن القلق يتسبب في تعقيد المسائل على المدى الطويل. فالقلق لا يساعد على حلّ المشاكل وتحقيق الأهداف بهدوء واسترخاء. وعلى العكس من ذلك، تفرغك مشاعر القلق والخوف من طاقتك وتعيقك عن الوصول إلى ما ترغب به في الحياة وما يمكنك بالفعل بلوغه.

إن القلق الدائم بسبب المشاكل والخوف من القيام بمجازفات لتصحيح هذه المشاكل لا تعيق قدرتك على الإبداع فحسب، بل تخنق مع الوقت أيضاً أهدافك وآمالك ورغباتك وبحبوحتك. إن القلق من المشاكل التي تواجهكِ أشبه بأن تنظر إلى جيران مزعجين بمنظار مكبّر. المشاكل في هذه الحال لا تختفي بل تبدو أكبر حجماً وأكثر خطورة مما هي عليه فعلاً.

الشعور بالأمان أشبه بحالة موت

ثمة طريقة بين طرق أخرى يمكنك بواسطتها أن تتخطى حاجتك إلى العمل بجهد وهي أن تحلّ مسألة الحاجة إلى الشعور بالأمان. ففي هذا العالم المزدحم بالشكوك، أصبح الإنسان يعتقد أن الثروة المادية هي الشيء الوحيد الذي يفترض به أن يضمن له الأمان المادي والصحي والنفسي الذي يتوق إليه الجميع. المحاسبون وعملاء البورصة والمستشارون الماليون والمصرفيون ومستشارو التقاعد، كلهم سيقنعونك أن جمع عددٍ لا بأس به من العقارات والأموال والصكوك وسندات الخزينة هو الحل الوحيد لمواجهة هذه الشكوك.

★ أفكار تغيّر حياتك

أي شخص مهما قلّ شأنه يستطيع أن يستنبط بعض الأفكار الرائعة.

ولكن ذلك هو مصير الأفكار الرائعة ـ إنها تبقى في مرحلة الأفكار فحسب.

أي فكرة رائعة تخطر لك سبتقى دوماً رائعة في بالك، إلا أن لا قيمة لها في الواقع ما دمت تخشى أن تخطو خطوة نحو تحقيقها.

إن لم يقترن القول بالفعل فلا أهمية له.

إرنيستو تشي غيفارا

يكمن سر النجاح في القدرة على تحويل الأفكار إلى أمور ملموسة.

هنري ورد بيتشر

أظهر للعالم ما كان سيعجز عن رؤيته لولاك.

روبرت بريسون

في الحقيقة، لا يساهم الشعور بالأمان، بحسب تعريفه التقليدي، بتأمين الراحة النفسية للإنسان، إلى الحدّ الذي يفترضه معظم الناس. هذا ما أكّدته إليانور روزفلت حين قالت إن ما من أحد تمتّع بالأمان التام منذ فجر التاريخ إلى الآن. ما عنته بقولها هو أن الأمان المعتمد على المعطيات المادية والمالية هو في أحسن الأحوال أمان واهٍ. فالأثرياء يمكن أن يقتلوا في حادث سير أو هجوم إرهابي تماماً كالفقراء، وقد تخذلهم صحتهم في سنّ أبكر بكثير من الأشخاص الفقراء. ومعظم الأثرياء يخشون خسارة أموالهم في حال حصول أزمة مالية. إنه لأمر مستغرب، أليس كذلك؟ فنحن من ناحية نريد الأمان ونسعى إليه جاهدين، ومن ناحية أخرى نعلم أننا قد لا نجد الأمان أو حتى ما يشبهه.

لتكوين فكرة أفضل عن مدى الأمان الذي يمكن أن يمنحنا إياه المال، راقبوا الأشخاص الأكثر هوساً بالأمان. يميل الأشخاص المهووسون بالحصول على الأمان في حياتهم، إلى أن يكونوا متصلّبين متشبثين في مواقفهم، وهم يفتقرون إلى الليونة والمرونة، لا يتكيّفون مع الظروف والأهم أنهم غير خلاّقين. تقتصر مصاريفهم على تأمين الطعام الأساسي واللباس والمأوى. وهم لا يهدرون أي مبلغ مالي حتى على الأمور الضرورية ما لم يتأكّدوا من أنهم سيحصلون على أفضل صفقة ممكنة. أما إذا صرفوا بعضاً من رصيدهم المصرفي لشراء شيء باهظ فذلك يسبّب لهم القلق الشديد والخوف والإحساس بالضعف. كل دولار يصرفونه يسرق منهم بعضاً من إحساسهم الداخلي براحة البال.

يحصل بعض الناس على الشعور بالأمان من خلال العمل الثابت وساعات العمل الطبيعية، والأعمال الواضحة الشروط، والمهام المحدّدة، والمستقبل الذي يمكن التكهّن به. هؤلاء

★ أفكار تغيِّر حياتك

الحياة الآمنة المضمونة هي حياة مهدورة.

الإنسان الذي لا يقدم على أي عمل فيه مخاطرة، لن يفشل كثيراً؛ أما ذلك الذي يخاطر كثيراً فقد يفشل أحياناً كثيرة ـ ولكن طريق حياته ستكون أكثر استحقاقاً للعناء.

لا يطلب منك اللّه أن تنجح في كل ما تفعله لكنه يطلب منك أن تحاول.

الأمّ تيريزا

ضمانتك الحقيقية هي نفسك. أنت تعلم أنك تستطيع أن تفعل ما تريد أن تفعله ولا أحد يستطيع أن يجرّدك من قناعتك هذه.

ماي وست

الأشخاص يحتاجون إلى مدخول ثابت ومنتظم، ويستقّرون في وظائف تؤمن لهم مدخولاً شهرياً مع بعض الزيادات المتواضعة بين الحين والآخر. وهم طبعاً لا يعلمون أن التشبث بأي وظيفة لا يجلب لهم الشعور الفعلي بالأمان. فالوظائف لم تعد اليوم تضمن الأمان كما كانت تفعل منذ بضع سنوات. الوظائف قد تساعد في هذا العصر على دفع الفواتير المستحقّة أما إذا فقد المهووسون بالأمان وظائفهم فهم يفقدون معها شعورهم بالأمان.

لا عجب إذاً أن يصرّح تينيسي وليامز قائلاً: «الشعور بالأمان أشبه بالموت». فهؤلاء الذين يسعون إلى الأمان يبرهنون أكثر من غيرهم أن القلق بشأن تأمين الحياة لا يتوافق مع عيش حياة هادئة ومزدهرة. والمفارقة هي أنك إذا أردت أن تشعر بالأمان أكثر في هذا العالم المتغيرّ دائماً، عليك أن تصبح أقلّ اهتماماً بالشعور بالأمان كما هو معروف في مفهوم هذه الأيام.

إن المقصود بكلمة «أمان» هو حالة داخلية، لا علاقة لها بمقدار ما يستطيع المرء أن يجمع من المال. وهكذا نرى بناءً على التعريف الصحيح لكلمة أمان أن الأشخاص الوحيدين الذين يتمتّعون بالأمان هم أولئك المبدعين غير المهووسين بتكديس أكبر عدد من الممتلكات المادية.

ذلك هو الفرق الأساسي ما بين الأشخاص المهتمين بالأمان وأولئك المهتمين بالإبداع والبحبوحة المعنوية: عندما تراقب عن كثب السلوك الإنساني ترى أن الأشخاص الساعين إلى الشعور بالأمان هم أكثر الناس افتقاراً للاستقرار النفسي على هذه الأرض، أما أبعد الأفراد عن التفكير بالأمان فهم المبدعون الحقيقيون الأكثر استقراراً نفسياً.

★ افكار تغيّر حياتك

مع كل احترامي لرغبتك المبرمجة بالشعور بالأمان، إليك ما تتأمل به:
الشعور بالأمان هوس عظيم يسيطر على العقول البسيطة؛ أما العقول العظيمة فهذا الشعور يراودها عابراً فلا تقف عنده.

التجارة الذكية أفضل من الثروة الموروثة.

مثل سيلتي قديم

حين يحدث لنا شيء مؤسف. إذا طردنا من عملنا، فهذا لا يعني أننا فشلنا. إنها فرصة لإعادة تقويم ميولنا المهنية الحقيقية، تأتينا في منتصف العمر.

بي - جي أو روركي

لنكن متفائلين، ولنذكر أن النكبات الأسوأ والتي يصعب تحمّلها هي تلك التي لا نواجهها أبداً.

جيمس راسل لويل

من المفيد أن نفكّر في ما يجعل المبدعين ناجحين بطريقتهم الخاصة. إن شخصية هؤلاء مختلفة عن شخصية المهووسين بالأمان. إنهم يعشقون الأمور المفتوحة على عدة احتمالات. وهم يكرهون العمل بشكل روتيني من الساعة التاسعة حتى الخامسة، لا يحبّون الركود ويفكّرون بطرق جديدة ومثيرة للقيام بأعمال تهمهم. وعلى العكس من الأشخاص الساعين إلى ضمان حياتهم المالية، تراهم مغامرين، مستعدين للمجازفة والقيام بمشاريع جديدة ومختلفة ومثيرة للتحدّي. أضف إلى ذلك أنهم يسعون للنجاح والمكافأة عن استحقاق. المبدعون يؤمنون بأنفسهم ولا يحتاجون أي مساعدة خاصة وهم لا يملكون أي خاصية مادية لا يملكها غيرهم من الناس.

أحد أهم ميّزات المبدعين هي مرونتهم في التعامل مع المنعطفات التي تفاجئهم بها الحياة. فعلى الرغم من أنهم لا يستبقون الكوارث، كما يفعل الأشخاص المهتمّون بالأمان، إلا أنهم يستطيعون التعامل مع هذه الأوضاع عندما تحلّ.

حين يواجهون ظروفاً صعبة، يجدون فيها بعض الفرص. وهكذا تكون الظروف الصعبة قد أنجزت عنهم نصف العمل. مثال على ذلك، إن المبدع الذي تعتمد شخصيته على النشاطات التي تثير اهتمامه وعلى قيمه ومعتقداته وقدرته على التفكير النقدي ومخيلته، يعتبر الأزمة الاقتصادية مجرد أمر مزعج لا أكثر. هذا ما لا يفعله المهتمون بالأمان. في الواقع، يجد بعض المبدعين المميّزين في الأزمات الاقتصادية فرصاً كبيرة للقيام بأعمال جديدة وبناءة تفيد الإنسانية وتدّر عليهم ثروات.

من الواضح أن الاهتمام المفرط اليوم بأمان الحياة كما يُعرف اليوم، يعني عدم عيش الحياة بالمعنى الحقيقي لها. لن يبقى لديك

عليك أن تعلم أن المال لا يضمن لك الأمان الحقيقي.
اعرض على أحد معلّمي فرقة الزنّ Zen البوذية شخصاً يشعر بأمان تام لأنه يملك ما يكفيه من المال، وسيكتب لك عنه سيرة حياة مأساوية.
لن تجد الأمان الحقيقي يوماً إلا إذا تحلّيت بالإبداع وجازفت أحياناً وتخلّيت عن حاجتك إلى الشعور بالأمان.

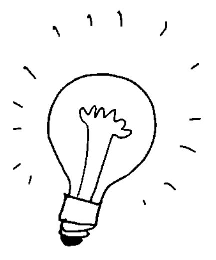
ما من أمان على هذه الأرض، بل مجرد فرص.

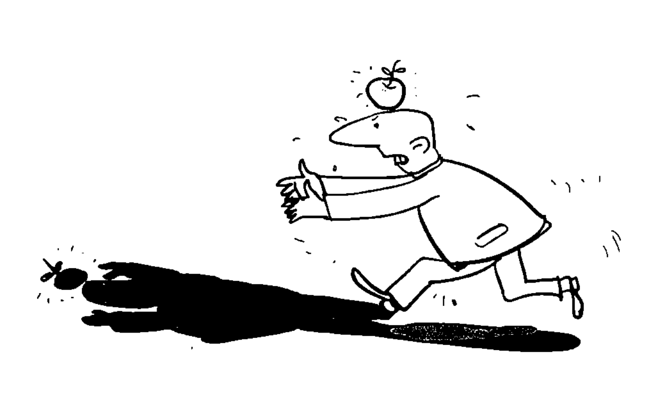
دوغلاس ماكارثر

مجال للازدهار والنجاح حين تكون مهتماً حتى الهوس بموضوع أمان الحياة. لعل الاستقلالية المادية تساعدك على القيام بأمور تودّ القيام بها، غير أن لا وجود للأمان المؤكد كنتيجة لتكديس المال، وهذا يشمل الأمان الصحي والنفسي والمالي.

أما أن تعلم أنك تملك القدرة والإبداع الضروريين لكسب رزقك في كل الظروف، فهذا هو الأمان المادي الأهم. اعلم أن الأمان، تماماً كالنجاح، يمكن أن يُعرّف بطرق عدة. فإذا لم تهتم كثيراً بقيمة ما تكدّسه من ممتلكات مادية، وتركّز أكثر على مدى ابداعك وتوازنك في حياتك، عندئذٍ فقط يتّخذ الأمان معنىً جديداً.

مهما كانت نظرتك إلى الإبداع، يبقى هو وحده أفضل ضمانة لأمانك. إبداعك متحرّك وليس راكداً كرزمة من المال أو أي عقار. الأمان الثابت الراكد يعتمد على توهم الحماية غير المحدودة. أما الإبداع فخسارته أصعب من خسارة رزمة من المال أو خسارة عقار. يمكنك الاستعانة بإبداعك للتصرّف في كل الظروف، ويبقى على حاله لا ينقص منه شيء، لكي تستعمله في المستقبل.





الفرص ستقرع بابك مرّات عديدة في المستقبل: فكم مرّة ستجدك في البيت؟

إن أفضل استثمار يمكنك القيام به هو تحسين قدرة عقلك على الإبداع. وعليك أن تستغل الفرص التي تتاح لك، حتى تجعل من الإبداع أفضل مصدر لك للكسب المالي. ولعلك تسأل: «أين هي تلك الفرص كلها»؟ والجواب هو: في كل مكان، بما في ذلك أقرب الأمكنة منك. فأحد أكبر الأوهام التي تزيد من عقدة الفقر، وتبقي العديد من الناس فقراء، هو أن كل الفرص الجيدة لكسب مبالغ كبيرة قد استغلت وانتهى الأمر. فكل ما في الحياة، كل شيء تراه أو تلمسه، كان فكرة خفيّة قبل أن يقرّر أحدهم أن يجسّدها.

الفرص تدخل حياة البشر وتخرج منها من دون أن يستغلّها أو حتّى يراها ويلاحظها أحد. الحياة مليئة بالفرص الرائعة، لكن الناس يتجاهلونها عمداً أو سهواً. وفي هذا الإطار لا يتنبّه المبدع لأمور لا يراها أحد فحسب بل أيضاً إلى ما يستطيع أي أحد أن يراه عندما يكون متنبّهاً. أضف أنّ المبدع يستغلّ الفرص التي يراها غيره ويهملها بداعي الخوف أو نقص الحوافز.

من المحزن أن يفشل معظم الناس في ملاحظة الفرص الكبيرة حتى عندما يشار إليها بوضوح. الناس منهمكون اليوم في مشاهدة البرامج التلفزيونية أو بالتسوّق أو بالحفلات. ومع كل هذه الأمور التي تستقطب الانتباه، يجد السواد الأعظم من الناس أنه من الأسهل أن يتذمّروا من غياب الفرص المتوفّرة اليوم للشخص العادي. وهذا أسهل بالطبع من التنبّه للفرص المتاحة.

على عكس الاعتقاد الشائع، الفرص المالية المتوفّرة اليوم لا حدود لها. فكل يوم تنشأ مهن جديدة وتجارات جديدة. وشبكة

★ أفكار تغيِّر حياتك

إليك هذه الخرافة إن كنت تهوى قراءتها :

«لم يعد هنالك من فرص في هذا العالم» .

معظم الناس آمن بهذه.الفكرة الخاطئة منذ خمسين سنة . ومعظمهم أيضاً وافق عليها منذ خمس سنوات والجميع تقريباً ما زال يتشبث بها اليوم .

تشبث بهذه الفكرة الخاطئة ، فتعد نفسك بتفويت فرص رائعة طوال سنوات حياتك الباقية .

ما من شيء يثبت إنسانية الإنسان المميزة أكثر من قدرته على تحويل العقبات إلى فرص .

إريك هوفر

الإنترنت بنموها السريع، أدت إلى بروز أنواع جديدة من الأعمال ما كان أحد ليتخيلها منذ سنوات قليلة ماضية. كما تظهر كل يوم منتجات وخدمات وتقنيات جديدة لأن أحدهم تمتّع بمقدار كافٍ من الإبداع والحماس لاستغلال الفرص المتاحة.

علاوة على كل ذلك، ثمة مشاكل لا نهاية لها في عالمنا اليوم تنتظر من يرغب بحلّها. وإن لم نسمِّ إلا مجموعة صغيرة مما يحتاج له الناس اليوم نكتفي بالحاجة إلى مساكن أقلّ كلفة، وأجهزة تكييف أكثر فعالية، وطعام مغذّ أكثر، وسيارات أقل تسبباً للتلوث، ومستوصفات أفضل، مساعدة في تنظيف المنازل، تقنيات للتخفيف من الضغط النفسي، عطل وأسفار أقل تكلفة، إلخ...

ثمة مئات الآلاف من الأشخاص الذين بدأوا بأعمال تلبيّ هذه الحاجات، سواء بدوام جزئي، أو انطلاقاً من العمل في منازلهم، وهم يحققون نجاحاً باهراً.

سيظلّ العالم يقدّم فرصاً رائعة للأشخاص الواثقين في أنفسهم المستعدّين للمجازفة بما يجب المجازفة به بهدف بيع الأفكار والنصائح والوقت والمنتجات والطاقة والحماس والخدمات، للأشخاص الذين يحتاجون مثل هذه الأمور. في السنوات العشر الأخيرة، أثرى في الولايات المتحدة وحدها عدد من الأشخاص يفوق عدد الذين أصبحوا من أصحاب الملايين في المئتيّ سنة الأخيرة. ولعل السنوات العشر القادمة ستشهد ظهور عشرة أضعاف عدد الأثرياء الذي نعرفه اليوم.

ولكن حتى لو لم تكن تنوي أن تصبح من أصحاب الملايين، بل أن تكسب مدخولاً محترماً بطريقة ترضيك نفسيّاً، عليك أن تتنبّه للفرص التي يعرضها لك العالم وتستغلها. تجاهل هؤلاء الذين

★ **أفكار تغيّر حياتك**

لا تظنّ أن عليك أن تبحث في كل حدب وصوب عن الفرص.
أفضل الفرص ستجدها من حولك وليس في الطرف الآخر من العالم في محيط رجل آخر.
إنما يبقى عليك أن تبحث عن هذه الفرص.

في النهاية، قد تكون الرتابة وضعاً مؤاتياً للإبداع.

مارغريت ساكفيل

اللّه يخفي الأشياء فيضعها أمام عينيك.

رالف والدو إميرسون

يقولون لك إنك ستفشل، فبعض الفرص الرائعة تكمن في الأشياء التي يعتبرها الناس مستحيلة. وفي الحقيقة ثمة فرص كبرى في الأشياء التي يعتقد الناس أنه من المستحيل إنجازها منه في تلك التي يعتبرونها ممكنة الإنجاز. وعندما تحقق ما كنت تعتبره يوماً غير ممكن ستشعر بمجد كبير. والرضا الذي ستشعر به عن نفسك يكون أعظم إن كان الآخرون قالوا لك بأن ما تفعله لا يمكن أن ينجح.

أما استثمار الفرص فيجب أن تستعد له لحين ظهور تلك الأخيرة. وطريقة الاستعداد للفرص هي أن تبقي أفضل ما تملكه في حالة ممتازة. فإبداعك هو حجر الزاوية في كل الأفكار التي تعود عليك بالربح المادي. لذا فمن الضروري أن تستخدمه بانتظام. وبطريقة غامضة، تأتيك المزيد من الفرص عندما تعدّ نفسك لها. فإذا أردت أن تحقق أحلامك بهدوء وبدون ضغط، وأن تحدث فرقاً في هذا العالم، ينبغي أن تتمكن من رؤية الفرص المحيطة بك وأن تستغلّها في شيء منتج. مما لا شكّ فيه أنك حين تفعل ذلك ستطرق الفرص غالباً بابك في المستقبل. والسؤال المطروح ههنا: كم مرّة ستكون في المنزل لتفتح الباب.؟

التكاسل المبدع مفيد لتأمين السيولة

منذ سنوات مضت، وظّف هنري فورد خبيراً في تحديد الفعالية، ليفحص أداء شركة فورد للسيّارات Ford Motor Company.

فقدم له الخبير تقريراً إيجابياً جداً، في ما خلا موظفاً واحداً مشكوك بأمره. قال الخبير لهنري فورد: «إن ذلك الرجل الكسول في ذلك المكتب يهدر مالك. ففي كل مرة أمّر أمام مكتبه أراه جالساً على كرسيه، رافعاً ساقيه فوق طاولته».

★ أفكار تغيّر حياتك

أصغِ جيداً إلى ما يقوله الناجحون عن كل الفرص المحيطة بك.

فأي كلام مهمّ يتطلب دقيقتين من الإصغاء للتوضيح، وهذا يتخطى قدرة معظم الناس على التركيز بدقيقة ونصف على الأقلّ.

تعلّم أن تصغي لدقيقتين بين الحين والآخر وستحظى بفرص تفوق حاجتك.

يا لكِ من مغرية فاتنة، أيتها الفرصة!

جون دريدن

أجابه هنري فورد: «الرجل الذي تتكلم عنه أعطانا فكرة وفّرت علينا ملايين الدولارات من الخسائر».

وأضاف: «وحين خطرت له تلك الفكرة كانت ساقاه في المكان الذي تراهما فيه الآن ـ أي فوق مكتبه».

العبرة من تلك القصة هي أن عليك أن تسترخي وتستخدم مخيلتك لتأتي بأفكار مدهشة توفر على الشركة التي تعمل فيها مبالغ طائلة أو تكسبك أنت مبلغاً كبيراً. إن التكاسل المبدع، أو بكلام آخر، الاسترخاء المنتج، مفيد في الواقع لتأمين السيولة. جلسة واحدة من التفكير الخلاّق يمكنها أن تجعلك تكسب الملايين في المستقبل.

من المؤسف أن يرغب عدد كبير منّا بشيء آخر في حياته. فنحن لا نجد الوقت ولا المكان للإتيان بالأفكار التي تحسن نمط حياتنا في المستقبل. فنحن منهمكون جداً بمشقّات الحياة اليومية، حتى نجلس بهدوء ونفكر بأمور خلاّقة.

كلما طالت حياتنا في مجتمع محوره العمل، شعر معظمنا بأن علينا أن نبقى منشغلين طوال الوقت حتى نكون ناجحين. وقد تعودنا أن نعتبر أن الشخص الذي يعمل أكثر من غيره هو الذي يحقق الثروة والشهرة. في الواقع نحن نخشى أن نهدأ خوفاً من أن يمنعنا ذلك من جمع ولو مقدار بسيطاً من الثروة. ولكن المضحك المبكي هو أن الاسترخاء والتمهّل في الحياة بين الحين والآخر يساعدنا على تحقيق الثروة بسرعة أكبر. وعلى العكس من ذلك يمكن للإفراط في العمل أن يؤذي قدرتنا على الابداع.

إن أخلاقيات العمل قوة موهمة ومضلّلة في مجتمعنا. فهي تنصّ على أننا ينبغي أن ننشغل دوماً بعمل بنّاء، إذا أردنا أن نُعتبر أعضاء منتجين في المجتمع. عدد كبير من الناس يعتبرون التكاسل نشاطاً

★ أفكار تغيِّر حياتك

أن تكون لديك فرص كثيرة لا يعني شيئاً.
فالفرصة التي لا تقترن بعملٍ مبدعٍ أشبه بسيارة فيرّاري جديدة لا محرك لها.
ستكون مالكاً لشيء قيّم لكنه لن يوصلك إلى أي مكان.

يبدأ الإبداع عامة حيث ينتهي الكلام.

آرثر كوستلر

ليس من المهم أن تكون الفكرة جديدة، بل كم ستبدو جديدة بنظر الناس.

إلياس كانيتي

غير مفيد يحدّ من الطموح ويؤثر سلباً في الانتاجية. وعلى العكس من ذلك، يمكن للتكاسل أن يكون إشارة إلى الطموح. فهو يجعل بعض الناس أكثر إنتاجاً وأكثر ثراء على المدى الطويل.

عبر التاريخ، استطاع أشخاص مبدعون جداً أن يكونوا منتجين جداً لأنهم تمكنّوا من الاسترخاء والتكاسل بحيث أتوا بأعمال بنّاءة. من هؤلاء «مارك توين» الذي كان يكتب معظم كتاباته وهو في سريره. صامويل جونسون لم يكن يستيقظ قبل الظهر إلا نادراً. وقد عُرف كسولون منتجون غيرهم بالتسكّع مثل أوسكار وايلد، برتران راسل، لويس ستيفنسون، و و. سومرست موم.

لعلك كمعظم الناس أصبحت مبرمجاً على العمل الشاق، والانضباط وضيق الأفق والمبالغة في التحليل. وبالتالي تجد صعوبة في تقبل الفكرة القائلة إنك تستطيع الاستفادة من التكاسل المقصود بشكل منتظم.

أنت تحتاج لأن تسترخي، وترى الصورة بشموليتها وتخطط على المدى الطويل؛ هكذا فقط تستطيع أن تكون مبدعاً وتختبر الإحساس بالازدهار والبحبوحة. علماً أن ثمة ظروف ومواقف تساعد على انتاج الأفكار الجديدة والمدهشة القادرة على إكسابك المال، أكثر من غيرها. أما أفضل جوّ لتأمين تدفّق السيولة على المدى الطويل ولضمان الاستقلالية المادية، فهو جوّ الاسترخاء والتركيز بعيداً عن الإلهاءات.

عدد كبير من الإنجازات في تاريخ البشرية بدأ بأفكار ملهمة خطرت لأشخاص موجودين في أماكن هادئة تحثّ على الاسترخاء. كان أرخيميدس يستحمّ حين خطرت له نظرية الثقل النوعي. والسير إسحاق نيوتن كان جالساً تحت شجرة تفاح فإذا بتفاحة تسقط عليه وتلهمه نظرية الجاذبية. وهذان الشخصان

خصّص دوماً جزءاً من يومك للّهو والاسترخاء والتفكير المبدع.
فانعكاس ذلك على راحتك الشخصية والمادية سيكون إيجابيّاً أكثر من ساعتين أو ثلاث ساعات من العمل الإضافي.

التفرّغ من العمل مدخل إلى النبل.

روبرت بيرتون

الاستراحة الجيدة هي نصف العمل.

مثل يوغوسلافي

الإنسان غير القادر على الاسترخاء بعيداً عن العمل ينقصه الكثير الكثير.

لويز بيبي وايلدر

الشهيران ما كانا ليتوصلا إلى اكتشافيهما هذين لو أنهما تواجدا في أحد أماكن العمل الحديثة. فالجلوس وراء طاولة مكتب، والردّ على الهاتف، وتفقدّ المراسلات الإلكترونية، والقيام بأعمال مكتبية طيلة النهار، أمور لا تحث المخيلة على العمل.

ربما لاحظت أن معظم أفكارك المبدعة أتتك في وقت لم تكن تحاول فيه هستيرياً أن تنهي مشروعاً تعمل عليه، ما يدفعني للتأكيد مرة أخرى على أن التكاسل المبدع يرتدي أهمية قصوى في ما يتعلّق بازدهار وضعك المالي والنفسي. أما الانهماك بنمط حياة تظل فيه منشغلاً طوال الوقت فسيمنعك من استنباط الأفكار المبدعة التي يمكن أن تساوي ثروة. عندما تستخدم كامل إمكانات ابداعك، تتمكن من التكاسل وتصبح أكثر غنىً من الأشخاص المدمنين على العمل الذين يعانون من الضغط النفسي. لعلك سمعت بالملياردير نقولا حايك (اللبناني الأصل) وهو أحد مؤسسي مجموعة سواتش السويسرية لصناعة الساعات ومديرها التنفيذي.

احتاج نقولا حايك إلى أن يكون مبدعاً منتجاً ليتمكّن من انقاذ الشركة السويسرية الواقعة في الإعسار ويعيدها من جديد امبراطورية تساوي المليارات. ينصح نقولا قائلاً: «نظمّ وقتك إذا أردت، ولكن لا تنظم مئة بالمئة منه فبهذا تقتل اندفاعك المبدع».

قليلة هي الشركات التي تقدر طريقة تعاطي بعض موظفيها مع العمل باسترخاء ومرونة. فالموظفون الذين يعرفون كيف يسترخون ويتكاسلون دون أن يؤثر ذلك بانتاجهم يكونون أكثر سعادة وأقل تعرّضاً للضغط النفسي. وهم بهذه الحالة، ينتجون لشركاتهم على المدى البعيد أفكاراً تزيد أرباحها.

أطلقت شركة Hewlett- Packard حديثاً حملة تقنع خلالها 100,000 عامل بإقامة توازنٍ أفضل ما بين العمل واللهو. وقد أكد

★ أفكار تغيِّر حياتك

من الذي أحدث فرقاً كبيراً في هذا العالم عبر العصور غير الأشخاص المبدعين، الذين كانوا مستعدّين للمجازفة، وللتفكير بطريقة مختلفة والذين تحدّوا الأمر الواقع وسعوا إلى تحقيق شيء؟.
تستطيع أن تكون واحداً منهم بمجرد أن تفكّر بطريقة خلاّقة بعض الشيء.

ما من حدود لن يذهب إليها الإنسان حتى يتجنّب التفكير.

توماس ألفا إديسون

أعطِ العالم أفضل ما عندك فيعود عليك ذلك بأفضل ما في العالم.

مادلين بريدجز

على الآلات أن تعمل وعلى الإنسان أن يفكّر.

موظف سابق حكيم من موظفي شركة IBM

رئيس حملة برنامج التوازن ما بين العمل والحياة أن ساعات العمل الطويلة والكثير من رحلات العمل يقلّل من إبداع الموظّفين ويرهقهم نفسياً وجسدياً. وهو يشجع الموظفين للعمل ساعات أقصر وذلك حرصاً على صحتهم النفسية وعلى قدرة الشركة التي يعملون بها على إيجاد الأفكار الجديدة والإبداع.

حتى رؤساء البلاد يحتاجون لبعض الراحة المبدعة حتى يستطيعوا تأدية واجباتهم بفعالية، هذا ما تؤكده دايلين سيمونز من شركة Newhouse News Service. سنة 2001 كتبت سيمونز في مقال صحفيّ أن أكثر الرؤساء الأميركيين فعالية هم أولئك الذين كانوا يأخذون قيلولة ويرتاحون وليس أولئك المدمنين على العمل.

وهي قد توصّلت إلى هذا الاستنتاج بعد أن تحدثت إلى أشخاص قاموا بأبحاث في هذا الموضوع.

وقد قال المؤرخون لسيمونز إن العمل الشاق والذكاء لم يشكلا ضمانة لنجاح رؤساء الجمهورية الأميركيين. بناء على أقوال هؤلاء المؤرّخين، كان دوايت أيزنهاور وكالفن كوليدج، اللذان كانا يأخذا فرصاً للراحة والاسترخاء، أكثر فعالية في عملهما من جيمي كارتر وتيدي روزفلت اللذين كانا يعملان بلا انقطاع وحتى ساعات متأخرة من الليل. وختم أستاذ التاريخ في جامعة Princeton جيمس ماك فيرسن أن أكثر الرؤساء فعالية هم أولئك الذين كانوا يوزعون العمل على فريقهم، ويتّخذون القرارات الكبرى عندما يطلب منهم ذلك، ولا يرهقون أنفسهم في العمل. ومن هؤلاء الرئيس رونالد ريغن الذي كان دائماً يأخذ وقتاً للقيلولة ويذهب غالباً إلى مزرعته في منطقة سانتا برباره حيث يلهو بقطع الحطب وإصلاح السياج.

إن الأفكار المدهشة لا تأتي إلا عندما تشعر بالاسترخاء، بعيداً عن أي ضغط أو مسؤولية، في مرحلة تشعر فيها بالثقة بنفسك.

★ أفكار تغيِّر حياتك

ابحث عن التميّز في الفكر والعمل.
كن أول من يفكّر بالأمر!
كن مختلفاً!
كن جريئاً!
عندئذٍ فقط يمكنك أن تحدث فرقاً في هذا العالم.
ويمكن حتى أن تصبح منَ العظماء.

في شركة صناعية تخلط ما بين العمل والانتاج، لطالما كانت ضرورة الانتاج عدوّاً للرغبة في الإبداع.

راوول ڤانيغيم

المخيلة هي صوت الجرأة. وأعظم صفات اللّه أنه تجرأ على تصوّر كل ما خلقه.

هنري ميلر

التكاسل المبدع هو إذاً أفضل الطرق لرفع الحصار عن روح الابداع لديك. وهو أيضاً مفيد للأفراد الذين يبحثون عن سبل لمعرفة أنفسهم، ومعرفة الآخرين والعالم بشكل أفضل، عوض أن ينشغلوا دائماً انشغالاً غير ذي جدوى.

إذا لم تكن تخصّص الآن على الأقل ساعة أو ساعتين في يومك لنشاطات يمكن أن تُدرج في خانة التكاسل المبدع، فهذا يعني أنك لا تبذل أي جهد لرسم نمط الحياة الذي تريده في المستقبل.

كلما عملت بجهد، كلما احتجت إلى التكاسل المبدع كأداة تساعدك على إيجاد أفكار تدرّ عليك مدخولاً وفيراً. ركوب الدرّاجة في الغابات، المشي في الحدائق، أو ركوب الحصان في السهول... كل هذه النشاطات تعطي العقل فرصة للاسترخاء والتوغّل في مجالات جديدة.

التكاسل المبدع لا يرقّي مخيلتك إلى مراتب أعلى فحسب بل هو مفيد لصحتك على المدى الطويل لأنه يخفف من الضغط النفسي ويساعد على الوقاية من الأمراض. أضف إلى ذلك، أنك حين تتكاسل بشكل منتج تكون قد دخلت مرحلة التحضير للوقت الذي تجمع فيه المال الكافي حتى تكفّ عن إماتة نفسك بالعمل. بهذه الطريقة أنت تذوق طعم الحرية والازدهار اللذين ستحققهما.

من أهم الخطوات المنتجة التي يمكنك القيام بها هي أن تأخذ عطلة لمدة أسبوع أو أسبوعين، وتبتعد فيهما عن منزلك وعملك، تبحث خلالهما عن أفكار جديدة لاستخدام مواهبك ومعرفتك استخداماً أفضل. الأفكار المنتجة للمدخول هي خطوة كبيرة على طريق تحقيق الازدهار والثروة. ينبغي لذلك أن تنوي التركيز على الفرص المتاحة ثلاث أو أربع ساعات في اليوم وأن تنسى كل شيء آخر له علاقة بمكان عملك. لا تقلق بشأن ما تخسره من مدخول

★ أفكار تغيِّر حياتك.

فكرة عظيمة واحدة يمكن أن تغيرّ حياتك بشكل جذري.
ابحث عنها.
إنها حولك في مكان ما.

معظم الأمور الهامة في الحياة، والتي هي منطلقات مصير البشرية، هي أمور صغيرة وبسيطة.

ر. سميث

أبسط الأمور تمنحني أفكاراً.

جون ميرو

فيما أنت في عطلتك، فالأفكار التي ستأتي بها ستفوق مئات الأضعاف ما تضحّي به بابتعادك عن عملك.

لا تنسَ أنه ليس من الضروري أن تكون مليونيراً لتسمح لنفسك بعطلة بين الحين والآخر. فهذا ما كنت أفعله طوال حياتي، حتى عندما كنت مديناً بمبلغ 30,000 دولار. العطلة لم تمنعني من الوفاء بديني وجمع ثروة صغيرة. في الحقيقة، ساعدني التكاسل المبدع على تقويم قدراتي وإمكانياتي لأجد العمل الذي يناسب نمط الحياة الذي أرغب به. والنتيجة هي أنني لست مضطراً اليوم لأعيش الحياة الهستيرية والحافلة بالضغط النفسي التي يعيشها معظم الناس اليوم.

يوم عطلة غير متوقع من العمل يمنحك فرصة التفكير بالحياة ويسمح لفكرك بأن يسرح في كل الاتجاهات. هذه الحريّة يمكن أن تعود عليك بمكسب كبير إن على الصعيد النفسي أو الصحي أو المالي.

المنفعة المباشرة لن تنعكس على عدد الساعات التي تعملها أو على مقدار المال الذي تتقاضاه، بل يطال المردود استثماراتك بأفكار مثيرة ورائعة، يمكنك تنفيذها لكسب المزيد من المال في المستقبل.

بعد البحث والتدقيق، العمل الشاق هو عدو الإبداع، فكلما أغرقت نفسك بالعمل المتعب خسرت قدرتك على الابداع. وحدها أوقات الفراغ المنتجة والتفكير بحرية تمنحك القدرة على الإبداع وعلى التوصل إلى أفكار مدهشة تجعل من العالم مكاناً أفضل لعيش الإنسان وتجعلك تكسب في الوقت عينه مدخولاً يسمح لك بأن تعيش عيشة محترمة.

الفصل الرابع

تقبّل حقيقة علاقتك بالمال
عندئذٍ لن تعود تسعى إليه
بالجهد والإصرار عينهما



المال لا يتكلّم بل يهمس

المال. المال. المال! قلّة هم الناس الذين لا يسعون إلى امتلاك الأموال الطائلة. . . حتى يكاد يبدو لك أن ما من شيء أكثر قيمة من المال في هذا العالم.

صحيح أن المال يمسّ كل جانب من جوانب حياتنا بدرجات متفاوتة. فكمية المال التي نملكها يمكن أن تؤثر في نوعية علاقاتنا، وصداقاتنا وقيمة مسكننا، ونشاطاتنا الترفيهية وصحتنا. وما علينا سوى أن نستخدم مخيّلتنا لنفكّر بطرق لا تعدّ ولا تحصى نستطيع عن طريقها استخدام المال لزيادة درجة الرفاهية التي نعيش فيها ولنزيد من استمتاعنا بالحياة.

غير أن المال، على الرغم من كل مساهماته الرائعة في حياتنا، يستطيع أن يخيّب آمالنا إلى حدّ بعيد. هذا الاستنتاج يتنافر مباشرة مع أحد أهم المبادىء المحورية التي توجّه سلوك البشر ـ وهو المبدأ القائل إننا كلّما جمعنا مالاً أكثر زادت سعادتنا. والمحزن في الأمر أن الأشخاص الذين يفرطون في التخطيط لتحسين أوضاعهم المادية، يعرّضون أنفسهم للاستغلال والمذلّة والانحراف سعياً وراء المال.

ومن البديهي أيضاً أن تؤدي بهم توقّعاتهم غير الواقعية حول ما يمكن أن يوفّره لهم المال، إلى الإحساس بمشاعر سلبية مثل الحسد والحرمان والرفض وخيبة الأمل. وفي بعض الحالات القصوى يمكن أن يودي السعي وراء المال بحياة أشخاص كثر؛ فهؤلاء الناس ينسون معنى الاسترخاء والضحك والاستمتاع بالحياة ـ حتى ولو توصّلوا إلى جمع الثروات.

★ أفكار تغيِّر حياتك

المال هو ما تستطيع أن تصنعه بواسطته.
يستطيع المال أن يكون أي شيء تريده لكن ذلك يتوقّف على شخصيتك وطريقة تفكيرك.
من الممكن أن يصبح المال أصل كل الشرور.
أو حلاً لكل المشاكل.
أو جمرة تحرق جيبك فتثقبه.
أو وسيلة للتحرّر.
أو مفهوماً مثيراً للاهتمام.
أو حتى، مفهوماً سخيفاً!!

المال هو الذي يجعل العالم يدور ـ وغير ذلك من الشعارات السخيفة الأخرى.

قول لشخص حكيم غير معروف

لعلّكم تفكّرون الآن أنّني أحاول إقناعكم بأن تتخلّوا عن فكرة جمع المزيد من المال. ولكني لا أفعل ذلك أبداً! ولا أنوي ذلك. فأنا أستمتع كسائر الناس بكسب المال وصرفه على أمور تحسّن حياتي. ولست أسعى إلى اقتراح التخلّي عن فكرة جمع المال.

إن الهدف الأول من هذا الفصل هو أن نتمكن قبل كل شيء من إعطاء المال موقعه الحقيقي كي تكون لنا توقّعات واقعية حول ما يمكن أن يفعله لنا مبلغ كبير من المال. فإذا كنت تحتاج مبلغاً أقل في حياتك، عندئذٍ لن تكون مجبراً على العمل بقدر ما تعمل للحصول على المال. تماماً كما قال ذاك الصيّاد من كوستا ريكا في الحكاية الافتتاحية في الفصل الأول، فأنت حتى لو لم تكن تملك الكثير من المال تستطيع أن تعيش حياة مليئة بالنشاطات، حياة خالية من الضغوط، مليئة بالسعادة ومرضية إلى حدّ بعيد.

غير أن السواد الأعظم من الناس يعتبر في عصرنا الحديث هذا أن المال مكوّن أساسي من مكوّنات السعادة. ومن هذا المنطلق بالذات علينا أن نضع المنظار المناسب الذي نحدّد من خلاله أهمية المال وارتباطه بالسعادة. المال عنصر هام من عناصر الرفاهية وأداة أساسية للاستمتاع بأمور راقية في الحياة، إلا أن السؤال الذي يطرح نفسه هنا هو: كم يحتاج الإنسان من المال ليكون سعيداً؟

المال يمحو بعض أنواع الشقاء، غير أنه لا يضمن السعادة الحقيقية ولو ليوم واحد، وذلك باعتراف وتأكيد «إدوارد دينر» أحد علماء النفس في جامعة «إيلينوي» الأميركية، المتخصّص بالأبحاث حول ما يجعل الناس سعداء. وقد توصّل من خلال أبحاثه هذه إلى إثبات أن المال يستطيع أن يضيف عنصر المتعة إلى حياة الناس لكنه لا يحمل لهم السعادة الحقيقية التي تنبع من إحساس الإنسان

★ افكار تغيّر حياتك

إذاً ما هو المال بالنسبة لك؟
خذ وقتك لتُعِدَّ تعريفاً خاصاً بك.
إن ذلك يحسّن علاقتك بالمال.
ومهما كان جوابك، تهانينا!.
جوابك ليس خطأ وليس صحّ،
هذا ما يراه معلّمو الزنّ البوذيون.
ومرّة أخرى أكرّر أن المال هو ما تستطيع أن تصنعه بواسطته.

إن النظرة العالمية إلى المال هي الحقيقة الوحيدة المتفائلة في حضارتنا. المال هو أهم ما في الدنيا. إنه يمثّل الصّحة والقوة والشرف والكرم والجمال... وأهم فضائله هي أنه يحطّم الإنسان الذليل تماماً كما يرفع مقام الإنسان النبيل ويقوّيه.

جورج برنارد شو

باحترامه لنفسه، وبأنه أنجز شيئاً في حياته ومن شعوره بالرضى عن نفسه وعن حياته.

يوفّر لنا المال أموراً كثيرة إلا أننا نسمح له بأن يسيطر على حياتنا أكثر من اللازم. والمشكلة تكمن في أن معظمنا يجهل ماهية المال الحقيقية. بعضنا قد يجهل هذه الحقيقة ومع ذلك يرفض أن يسمعها. والبعض الآخر يعرف هذه الحقيقة في أعماقه لكنه ينكرها.

الأكثرية الساحقة من الناس تتشبث بمعتقداتها ومواقفها وافتراضاتها المتعلقة بالمال، بغض النظر عن عدد الأدلة المناقضة لها والتي يضعها العالم على طريقنا. إن القبول بالحقيقة يقضي على الحلم أو الوهم الذي يجعلنا نعتقد أن جمع المال وامتلاكه ينقذنا. ونكران حقيقة المال يحتجزنا في علاقة غير صحية معه ويعيق استمتاعنا بالحياة.

وعلى الرغم من أن علاقتنا بالمال تتغيّر مع تغيّر ظروفنا ونظرتنا الشخصية إلى الحياة، فنحن لا نعطي حيّزاً كافياً من تفكيرنا لموضوع القيمة الحقيقية للمال. فقد يتّخذ المال معنىً مختلفاً تماماً عندما نتناوله من منظار «روحي» أكثر أو حتى زهديّ (Zen).

وبعد أن نفكر بموضوع المال من زوايا جديدة مختلفة، يمكننا حتى أن نجد الكثير من أوجه التعاطي مع المال عقيمة غير مجدية.

لعلك عانيت في بعض الفترات من الإفلاس. ولا أعني بالإفلاس إضطرارك إلى بيع أحد ممتلكاتك الكثيرة لتتمكن من اجتياز فترة عصيبة اقتصادياً، دون أن يمنعك ذلك من استمرار التنعّم بالرفاهية. بل أعني الإفلاس الحقيقي، إلى حدّ لا تستطيع وصفه بعبارة: «على الحضيض»، «مفلّس»، «على الأرض يا حكم»... كلها عبارات لا تفي الحالة حقّها. فإن كنت قد اختبرت

★ أفكار تغيِّر حياتك

عليك أن تتحمّل مسؤولية القيمة التي تعطيها للمال مهما كانت هذه القيمة.

فإذا كان المال في نظرك شرّاً فلأنك أنت من أوجده للشرّ.

وإذا كان المال مشكلة في نظرك، فلأنك أنت من جعل منه مشكلة.

أما إذا كان المال متعة بالنسبة لك، فلأنك أنت من أضفى على المال مفهوم المتعة.

تحمّل مسؤولية المفاهيم التي تتعاطى بها مع المال.

كن واثقاً من أن هذه مجرّد مفاهيم أنت من يقرّر تطبيقها ـ لا أكثر من ذلك ولا أقلّ.

إن كنت تعتمد على المال لتحقيق استقلاليتك، فلن تستطيع بلوغ الاستقلالية يوماً. فالضمانة الوحيدة الحقيقية التي يستطيع الإنسان أن يحصل عليها في هذا العالم هي مخزون المعرفة الذي لديه، وخبراته، وقدراته.

هنري فورد

هذا النوع من الإفلاس فلا بد أن علاقتك بالمال كانت خاصة في هذه المرحلة بالذات. فعلى حدّ قول بنجامين فرانكلين: «لا نعرف قيمة الماء، إلا عندما تجفّ البئر». عندما تجد نفسك عاطلاً عن العمل وصفر اليدين، تروح تفكّر بالمال بطريقة مختلفة تماماً عمّا كنت تفعل وأنت تملك الوظيفة التي تسمح لك بأن تتنعّم بملذّات الدنيا الرائعة.

لا بد أنك حلمت، وأنت مفلس حقاً، بالسعادة التي كنت لتشعر بها لو أنك تستطيع بلوغ الوضع المالي الذي تنعم به اليوم. غير أنك اليوم لست راضياً ولا مكتفياً بالسعادة التي بلغتها ولعلّ سعادتك لم تزدد أبداً رغم أن ثروتك ازدادت. والأرجح أيضاً أنك أضحيت أكثر ميلاً إلى عدم الرضا وإلى الاكتئاب بعد أن زادت ثروتك.

للأسف، إن امتلاك المزيد من الأموال لا يؤدّي وحده إلى تحسين نوعية حياتنا بشكل شامل. فالحياة ليست سهلة إلى هذا الحد، والحصول على مبلغ كبير من المال لا يعني أن حياتنا ستتحسّن نوعيتها من النواحي كافة.

كثيرة هي الأمور التي لا يستطيع المال حلّها في الحياة، مهما بلغ ثراء المرء. وفي بعض الحالات قد يعيق المال الكثير طريق وصولنا إلى الأشياء الهامة في حياتنا. فبعد أن نسدّد كل مدفوعاتنا على الأمور الأساسية في حياتنا، يصبح السعي إلى كسب المزيد من المال قادراً على التسبّب لنا بأضرار، بالمقدار نفسه الذي يجلب لنا الخير.

معظمنا يعلم في قرارة ذاته أن المال لا يشتري السعادة، غير أننا لا نريد أن نؤمن بذلك. ومع ذلك يكفي أن نلقي نظرة لنرى هؤلاء الأشخاص التعساء الّذين يحتلّون المراكز الاجتماعية والاقتصادية

★ أفكار تغيّر حياتك

آه نعم! المفاهيم!

المفاهيم تسيطر على حياتنا وتسيّرها!

والمزعج في الأمر أن معظم المفاهيم ليست حقيقية أو صحيحة.

هذه المفاهيم مجرد أوهام أو تهيؤات.

وللأوهام أشكال عديدة ـ فأحياناً تأتينا على هيئة خطة رائعة، وتارة بشكل معتقد زائل، وطوراً على صورة رغبة تفوق الخيال.

والخلط ما بين الأوهام والحقيقة لا يعبّد الطريق المؤدّية إلى الحرية أو التحرّر.

أن تدع تلك الأوهام تتسلّل إلى حياتك فتتخمها ـ بخاصة الأوهام المتعلقة بالمال ـ يعني أنك ملأت حياتك بالحزن.

العليا. فعدد كبير من الأغنياء لا يبدون أكثر سعادة من أشخاص فقراء. فأنت لا تراهم يضحكون ويمرحون أكثر منهم، وهم ما عادوا يقفزون فرحاً لأي سبب، وما عادوا يضجّون بالحياة.

الحقيقة هي أن الأثرياء نادراً ما يختبرون السعادة والازدهار اللذين يفترض أن ينتجا عن الثروة. لعلهم أغنياء بحسب المقاييس المنطقية كلها، إلا أن مقدار إحساسهم بالسعادة يدلّ على العكس.

سنة 1995 أجرى عالم النفس «إد. دينر»، في جامعة إيلينوي الأميركية، بحثاً أظهر أن ثلث الأغنياء في الولايات المتّحدة الأميركية، لا يتمتّع بالسعادة التي ينعم بها شخص متوسّط الدخل في هذه البلاد. وتأكيداً على ذلك صرّح «ج. بول غيتي» و«هوارد هيوغز»، وهما من أصحاب المليارات، أن تعاستهما كانت تزداد كلما زادت ثروتهما.

لا عجب إذاً في أن يكون الأكثر تعاسة من بين الناس الذين نقابلهم هم أشخاص أغنياء. فلعل البعض يشعر بازدياد تعاسته وحزنه مع ازدياد تكدس أمواله، لأنه كان يبالغ في ما توقعه من المال.

بعض الأغنياء يظنّ واهماً أن امتلاك ثروة طائلة سيسعده. وعندما يعجز المال عن تحقيق السعادة، لا يجد سبباً وجيهاً يتذرّع به ليبرّر حزنه، فيزداد تعاسة وحزناً. أما أنت، فإن شعرت لسوء حظك بالتعاسة، وافترضت أن المال هو العنصر الذي سيغيّر حياتك، فاعلم أنه قد آن الأوان لتدقّق بالحقائق الحياتية وتنظر من حولك. عليك أن تعي أن سبب تعاستك هو عدم الانسجام مع انفعالاتك. لا يزعجنّك ذلك، بل قم بخطوة لتصويب الوضع.

كل واحد منّا يقع بين الحين والآخر في هذا الشرك. وإن لم نعالج نواقصنا في هذا المجال، يكتب علينا الإحساس بالتعاسة،

انظر جيداً من حولك.

سترى أشخاصاً أكثر منك فقراً.

ومع ذلك فبعضهم أكثر سعادة منك.

قد تقول في نفسك:

«لا بد أنني صحيح عقلياً، وبالتالي يصبح من المؤكد أن هؤلاء الأشخاص مجانين حقاً».

هذا ممكن.

وقد تكون مخطئاً.

لعل العكس هو الصحيح.

حتى لو بلغنا أعلى المراتب الاجتماعية والمالية في بلادنا.

صحيح أن نقص المال الضروري لتسديد ثمن الاحتياجات الأساسية، يجعل المرء تعيساً وغير راضٍ عن وضعه في الحياة، بيد أن ذلك لا يعني أن كثرة الأموال ستشعره فعلاً بالسعادة والرضى. فالمال يوصلنا إلى مستوى محايد، شبيه بحالة وسطية ما بين التعاسة والسعادة. ويمنحنا شعوراً يقف عند الحدود ما بين الرضى وعدم الرضى. وتدفّق المال لا يجعلنا عموماً نتخطّى هذا المستوى المحايد أو هذه الحالة الحيادية. فبعد أن نبلغ هذا أو تلك، تغدو السعادة مرتبطة بأمور لا يستطيع المال أن يشتريها.

يستطيع المال أن يكون وسيلة للتمتّع بالحياة إلى أقصى حدّ، شرط أن تكرّس بعض الوقت وتبذل القليل من الجهد، لكي تدرك إدراكاً تاماً ماهية الأمور التي تستطيع الحصول عليها بالمال وتلك التي تحتاج إلى شيء آخر لتنالها. الثروة تحسّن حياتك إن كان موقفك من المال صحيحاً، وقد تعزلك إن لم يكن كذلك.

بكلام آخر، إن عرفت ما يحققه المال لك وما لا يستطيع تحقيقه، فذلك يساعدك على أن تصل إلى ما تريده في الحياة. وفي الإطار نفسه، إن عرفت الأمور التي تُشترى بالمال، توفّر على نفسك الشعور بالخيبة، وعدم الرضى، وتبدّد الأوهام، والإصابة بقروح في النفس والمعدة على حدّ سواء، والأمراض العصبية...

المهم هو أن تعتبر الثروة وسيلة لتحقيق غاية، لا مقياساً لقيمتك كإنسان. والمثير للسخرية في الأمر، هو أنك عندما تكفّ عن تقويم قيمتك كإنسان على أساس ما تملكه من المال، تكتسب مزيداً من الحرية يجعلك قادراً على الابداع، والإبداع يمكّنك من تحقيق الثروة على المدى البعيد.

في عالمنا المادي هذا، يرتبط مفهوم النجاح دوماً بالأموال

★ **أفكار تغيّر حياتك**

المال لا يشتري السعادة، صدّق أو لا تصدّق!
لا ، هذه ليست دعابة غريبة ساخرة.
آمن بأن المال يشتري السعادة، تصبح أنت موضوع السخرية.

الفقر إلى المتاع يمكن معالجته، أما فقر الروح فمستحيل.

ميشيل دومونتانيه

الطائلة والممتلكات التي لا تحصى. غير أن مفهوم النجاح عند «الكسول المنتج» يعني التفاؤل والسعادة في الحاضر، مهما كان مستوى نجاحه التقليدي، بالمعنى المتعارف عليه.

الإحساس بالنجاح هو حالة انفعالية يمكنك بلوغها وقتما تشاء. فهو غير متعلّق باعتبارات الثروة والوضع المالي. يمكنك أن تختبر الشعور بالنجاح حتى لو كان وضعك المادي رديئاً، تماماً كما يشعر العديد من الأثرياء بالفقر حتى لو كانت أوضاعهم المادية ممتازة. فقد يزداد الثري ثراءً والفقير فقراً، لكنك تستطيع امتلاك الشعور بالنجاح سواء كنت غنيّاً أو فقيراً، فهذا الإحساس لا يتأثر بتقلّبات الظروف المادية.

المال يحلّ جميع المشاكل ما عدا تلك التي لا يستطيع حلّها

إن قبولنا التام لمبدأ أن المال لا يجلب السعادة، لا يمنعنا من أن نحلم بامتلاك مليون دولار. رغبتنا هذه لا تنبع فحسب من اعتقادنا بأن المال يوفّر لنا المتعة والرفاهية والمظاهر الاجتماعية الراقية، بل أيضاً من توقعات مفادها أن المال هو بمثابة عصا سحرية، تحل كافة مشاكلنا. لسوء الحظ، كلّما تشبثنا بهذا المفهوم كلما خدعنا أنفسنا أكثر فأكثر. فإذا أصبحنا أثرياء، يتدخّل الواقع، ليضع المال في موقعه المناسب، وبخاصة في ما يتعلّق بحل المشاكل.

شئت أم أبيت، استناداً إلى ملاحظاتي، ستظلّ تواجه مشاكل صغيرة وكبيرة طوال حياتك إلا أن معظم الناس لا يتنبهون لهذا الواقع. هذه هي الحقيقة ولن تتغيّر، مهما استقر وضعك النفسي، ومهما بلغ مقدار المال الذي تجمعه. يعتبر عدد كبير من الناس أن

★ **أفكار تغيِّر حياتك**

إن أسس السعادة التي لا تقدّر بثمن لا يمكن شراؤها بالمال.

وهذه الأسس تشمل راحة البال، الإحساس بالرضا، والقيمة الذاتية للإنسان.

فلماذا إذاً نطمع بكسب الكثير من المال لشراء هذه الأمور؟

غالباً ماندفع ثمن المال غالياً جداً.

وليام ميكبس ثاكيري

المال أداة تحلّ المشاكل الكبرى إن لم يكن الصغيرة أيضاً. والواقع أن المال يحلّ جميع المشاكل إلا تلك التي لا يستطيع حلّها. وغالبية المشاكل التي لا يحلّها المال هي مشاكل كبرى.

صدر حديثاً عن وكالة رويترز تقرير عن غاري كولمن، نجم السبعينيات السابق البالغ من العمر 31 سنة والذي كان يملك 18 مليون دولار. بعد تسديد فواتيره الطبية، ومصاريف قضايا قانونية رفعها على والديه وخلافات عدة مع مدراء أعماله، وسلسلة من الأعمال غير الناجحة، أقام كولمن برنامجاً ماراثونياً على الانترنت مع مشاهير، حاول من خلاله أن ينقذ نفسه من الإفلاس. حتى أن برنامجه هذا تضمّن خطاً ساخناً لاتصالات هاتفية بذيئة مع مستمعين لا يعرفهم. خلاصة القول أنه لم يعد يكفي كولمن هذا 18 مليون دولار أخرى لحل مشاكله الكبيرة ـ على الصعيدين المالي والشخصي. في الحقيقة، يبدو أن اضطرار كولمن للتعامل مع مبلغ كبير من المال في مرحلة ما في حياته، سبب له مشاكل كثيرة جديدة.

لكن لنتكلّم عن المشاكل التي يستطيع المال حلّها. إن كنت قادراً على إدارة المال، فاكتسابك المزيد من الأموال يمكن أن يحلّ مشاكلك. إن درجة مقدرتك على إدارة المال مهما كان مستوى دخلك، يحدّد عدد الصعوبات المالية التي ستواجهك في حياتك. فإن كنت تعاني من متاعب مادية ودخلك محدود فسوف تواجه مشاكل أكثر صعوبة عندما يتضاعف مدخولك مرتين أو ثلاثة، عمّا تتقاضاه اليوم، ما لم تغيّر طريقة إدارتك للمال.

إن تصغير حجم مشاكلك المالية أمر ضروري إن أردت أن توفّر لنفسك الوقت والطاقة للقيام بالأمور التي تسعدك حقاً. وخياراتك في مختلف أوجه الحياة هي التي تحدّد إن كنت ستواجه مصاعب

★ أفكار تغيِّر حياتك

يصعب على معظم الناس أن يفهموا.
أن المال لا يتكلّم بل يهمس.
المال الوفير يحلّ كل المشاكل ما عدا تلك التي لا يستطيع حلّها.
وليصدّقني المشكّكون بكل ما سبق: غالباً ما يسبّب المال مشاكل كبرى حقاً، لم تكن موجودة في غيابه.

المال يتكلّم.
لا أنكر، سمعته يوماً.
قال لي: وداعاً.

ريتشرد أرمور

المال لا يقوى على العداوة.

بوبليليوس سيريوس

مالية أم لا.. كأن تختار مثلاً المكان الذي تريد أن تقيم فيه. تعتمد هذه الخيارات على مستوى دخلك، مستوى إنفاقك، ما تتوقع إنجازه لتعيش حياة هانئة برأيك، تأثير زوجتك وأولادك، احترامك لنفسك، أي شعور بالحسد تشعر به، ومقدار بحثك عن الكمال. إن خياراتك الجيدة في هذه المضامير ستحدّد ما إذا كنت ستواجه متاعب مالية.

أهم ما في الحياة هو أن تكون بصحة جيدة وخالياً من الهموم والمتاعب الشخصية التي تفوق الاحتمال. إلا أن عليك أن تكون دوماً مستعداً لمواجهة أي مصاعب طارئة. فعلى خلاف ما يعتقد السواد الأعظم من الناس، لن تنتهي مشاكلك عندما تنضمّ إلى الوسط الاجتماعي الراقي الذي يتنعّم بالثروات؛ فالنشوة المالية لا تلغي المشاكل الشخصية. ستظل تواجه المشاكل مهما بلغت ثروتك أو شهرتك. وما عليك سوى أن تتمنّى ألا تكون عواقب مشاكلك وخيمة كما حصل لغاري كولمن.

للأسف، هذه ليست آخر المشاكل المرتبطة بالمال، فاللائحة طويلة. سنة 1993، قام «إد دينر»، عالم النفس المتخصّص في موضوع ارتباط السعادة بالمال، في جامعة إيلينوي الأميركية، بدراسة معمّقة، وجاء بنتيجة هذه الدراسة أن الأشخاص الذين جمعوا ثروات زادت مشاكلهم بقدر ما زادت أموالهم. وتبدأ المتاعب ما إن يبدأوا بكسب مقدار من المال يفوق ما يحتاجونه لتأمين حاجاتهم ورغباتهم الأساسية. وفي ما يلي بعض المصاعب التي يواجهها هؤلاء:

- تأثر علاقاتهم الاجتماعية وعلاقتهم بالأصدقاء سلباً.
- الثروة المستجدّة تبعدهم عن أترابهم ووسطهم الأول.
- تكلّفهم إدارة أموالهم وقتاً وجهداً إضافيين.

★ أفكار تغيّر حياتك

المال ليس خيراً ولا شرّاً.
ما من خطأ في أن يمتلك المرء أموالاً طائلة.
لكن لا تتوقّع أن يضمن لك المال الإحساس بالرضا وراحة البال.
إذا توقعت ألّا يمنحك المال الكثير من السعادة استطعت أن تستفيد منه أكثر.

أتريد أن تشعر بالغنى؟ ما عليك إذاً سوى أن تحصي كل الأشياء التي تملكها والتي لا يمكن شراؤها بالمال.

حكيم مجهول

متاعب الأغنياء الوحيدة التي لا يمكن التخلّص منها هي تلك التي لا يستطيع المال حلّها.

أوغدن ناش

● الاهتمام بشؤون ممتلكاتهم الجديدة يكلّفهم المزيد من الوقت والجهد.

● يزداد خوفهم من أن تتعرّض أموالهم وممتلكاتهم للسرقة.

● يزداد خوفهم من خسارة الأموال في الاستثمارات.

● تصبح حياتهم عامة أكثر تعقيداً.

يشرح ستانلي غولد شتاين بوضوح ارتباط المال بالمتاعب، بقوله: «إذا أردتم أن تعلموا مقدار المجد والسلطة اللّذين توفّرهما الثروة، فاسألوا شخصاً يسعى إلى الثروة. أما إذا رغبتم في أن تعلموا ما هي الأوزار والمتاعب التي ترافق الثروة، فعليكم عندئذٍ أن تسألوا إنساناً ثرياً منذ وقت طويل».

يستحسن أن تنسى فكرة الحياة الخالية من المشاكل. فأموالك التي لا تأكلها النار لا تتيح لك الحصول على امتياز إسمه «النعيم الدائم». ولكن من الممكن أن تجمع الكثير من الأموال عبر اتّباع فلسفة «الناجح من دون تعب» وبذلك تكون قد حصلت على مقدار كبير من الرضى عن ذاتك ومن السعادة بما حققته. وهذه نتيجة التعامل مع المشاكل، وليس التهرّب منها.

ولقد ثبت أنك بحاجة لأن تكون بارعاً في حلّ المشاكل إن كسبت مبلغاً من المال أو ورثت ثروة أو ربحت في اليانصيب أو اللوتو. أما عن شعارك فينبغي أن يكون: «كلّما كانت المشكلة كبيرة كلما كان ذلك أفضل». فمن الواضح أن القدرة على حل المشاكل وأنت فقير شرط ينبغي أن يتوفّر فيك لكي تتمكن من حلّها عندما تصبح شخصاً ثريّاً. ومن الملاحظ أن أصحاب الملايين العصاميين يتمتّعون ببراعة حلّ المشاكل على أنواعها. وهذا هو في الحقيقة سرّ ثرواتهم.



جنون التبذير له أتباعه
ومنهم أنا وأنت

لا داعي للقول طبعاً إن تفادي المشاكل أسهل من محاولة التخلّص منها بعد الوقوع فيها. غير أن معظمنا يفعل المستحيل ليدعو المتاعب ويشرّع لها أبواب حياته. وسوء استعمال المال هو إحدى الطرق المفضّلة لدينا لنوقع بأنفسنا في المشاكل. يبدو أننا ننسى بسهولة أن كل مبلغ من المال ننفقه يحدّد مقدار المال الذي نحتاجه في حياتنا، كما يحدّد مقدار الجهد الذي علينا أن نبذله لنؤمن هذا القدر من المال.

ولسوء الحظ، يعمد السواد الأعظم من الناس إلى استخدام المال استخداماً سيئاً إلى حدّ الإسراف عوض الاحتكام إلى الإنفاق الرشيد. ومعظمنا لم يتعلّم طريقة إنفاق المال بذكاء وحكمة بحيث يؤدي هذا المال إلى تحسين مستوى معيشتنا حقاً. ونحن لا نعود إلى رشدنا إلا عندما نستنفد كل الطرق غير المنطقية لصرف المال. وثمة أمر أكيد، هو أن جنون التبذير له أتباعه، ومنهم أنا وأنت.

تكمن المشكلة في أن عاداتنا في صرف المال لا تعكس في الواقع لا قيمنا الأصيلة ولا رغباتنا العميقة. فنحن في الحقيقة نبذّر أموالنا على ممتلكات مادية لا قيمة حقيقية لها، على حساب أمور ثمينة كحريتنا واستقلاليتنا المادية.

وهكذا ترانا ندّخر المال بهدف الاستمتاع بسنة لا نعمل فيها، أو لأجل شيخوختنا، لكننا بعد سنة أو سنتين من الإدخار نقوم بخطوة جنونية. فنشتري مثلاً جهاز ستيريو، يكلفنا آلاف الدولارات في لحظة ضعف أمام المغريات، علماً أننا لن نستعمل هذا الجهاز إلا لماماً لأن لا وقت لدينا لذلك. أو قد ننفق كل ما ادخرناه على

★ أفكار تغيِّر حياتك

يقول مثل إيطالي قديم: «إجعل المال عبدك المطيع، وإلا أصبح سيّداً ظالماً عليك».

بكلام آخر: تعلّم كيف تسيطر على المال وإلا سيطر هو عليك.

إن جعلت المال لك ربّاً، عذّبك كشيطان.

هنري فيلدنغ

أن تصبح ثريّاً لا يعني أن مشاكلك انتهت، بل أنها تغيّرت.

إيكوريوس

مجموعة كاملة من الأزياء، لن تعود رائجة في الموسم التالي. فإذا كنت تعتقد أن جنون التبذير لا يطالك فلعلك مصاب به غير أنك تكابر وتنكر. ولعلك تستغرب كيف أنك ترهق نفسك في العمل لجني المال ومع ذلك يتبدّد هذا المال بسرعة وسهولة في بعض الأحيان. قد تعدّ النقود المعدنية حين تذهب لشراء الطعام قبل أن تقبض راتبك بيوم، لكن ما إن يصل الراتب إلى يدك حتى تبدّده على أغراض لا قيمة لها وتستطيع أن تعيش بدونها، من دون مشكلة.

في الواقع، ينفق معظم الناس الجزء الأكبر من أجورهم على أفضل أنواع الخردة التي يستطيع المال شراءها. والأسوأ من ذلك، أنهم يميلون أحياناً إلى شراء هذه الخردة بالمال الذي لم يحصّلوه بعد. ويشرح ويل روجر هذه الحالة بوضوح قائلاً: «عدد كبير جداً من الناس ينفقون مالاً لم يكسبوه بعد، لشراء أشياء لا يريدونها، ليثيروا إعجاب أشخاص لا يعجبونهم أصلاً». ومع أننا نرفض الإقرار بهذه الحقيقة، إلا أن كل واحد منا يستعرض أمام الآخرين حيّزاً من هذا الجنون.

المؤسف هو أن المال يظهر في كل منّا الناحية الغريبة. من الطبيعي حتماً أن يقوم أي شخص بإنفاق بعض المال سدى أو على شيء غريب، خارقاً بذلك عاداته الانفاقية في مناسبات معينة أما السلوك الانفاقي غير المنطقي المستمرّ فهو ضار جداً بحالتنا النفسية والمالية. إن هذا الإسراف يدفعنا إلى العمل لساعات طويلة ومرهقة لكسب المال، من دون أن نستحصل على السعادة والرضى من الأغراض التي نبتاعها. في الحقيقة، يتطلب تعديل السلوك الانفاقي غير الرشيد، جهداً كبيراً، وإلا ستظل متاعبنا المالية تعيق تمتعنا بالحياة السعيدة المُرضية.

ست قواعد مهملة متعلقة بالمال:

١ ـ إن أصبح المال هدفك الأول والأهم في الحياة، فالمال هو كل ما ستحصل عليه.

٢ ـ الإنسان الذي لا يملك المال قد يكون فقيراً، لكن فقره لا يضاهي فقر الإنسان الذي لا يملك شيئاً سوى المال.

٣ ـ البحبوحة لا تقاس بكمية المال الذي تملكه، إنما بالسعادة التي تجنيها من المال الذي تملكه مهما كانت كميته.

٤ ـ إنه لمن المستحسن أن تفتقر للمال، على أن تفتقر للأفكار الخلاّقة التي تجعلك تكسب المال.

٥ ـ إنفاق المال بكثرة يجعلك تقع في فخ التفكير بأنك تمضي أوقاتاً ممتعة، في حين أن كل ما تفعله في الواقع هو إنفاق الكثير من المال.

٦ ـ أهم ما في المال هو أن قيمته في استخداماته الإبداعية والروحية وليس في الممتلكات التي تستطيع شراءها به.

في معظم الأحيان يتبيّن أن المال ليس سبب هذا السلوك الإنفاقي غير المنطقي، فهو متجذّر في مكان أبعد من حدود المال بحد ذاته.

غالباً ما يكون وراء الانفاق غير المنطقي دوافع لا واعية كالنقص العاطفي أو سوء تقدير للواقع. فنحن نستخدم المال كوسيلة للتعبير عن حاجاتنا العميقة، ورغباتنا وأهدافنا وأمانينا وأحلامنا. ووراء كل إحساس ملحّ بالحاجة إلى تبذير المال تكمن حاجة عاطفية دفينة تحتاج لأن نعيها ونتنبّه لها. لعلّها توق إلى السلطة، أو المركز الاجتماعي، أو الشهرة، أو الحريّة، أو الانتقام، أو الاحترام أو الشعور بالأمان، والإحساس باحترام الذات. حتى أن الحاجة إلى الحب يمكنها أن تدفع المرء إلى الانفاق بدون حساب.

إن الحرمان من إحدى الحاجات العاطفية أو من أكثر من واحدة منها غالباً ما يدفعنا إلى شراء أشياء لا نحتاجها وليست لدينا أصلاً الإمكانية المادية لشرائها.

في هذه الحالة يستحسن مواجهة هذا الحرمان بتعقّل لأن التبذير لا يحسّن الوضع، في معظم الحالات. وهكذا نرى أن الطريقة الوحيدة لتغيير هذا السلوك غير المنطقي هي التعامل مع حاجاتنا العاطفية الدفينة، ثم تلبية هذه الحاجات التي يعجز المال عن إشباعها.

فهذه الحاجات لا يمكن إشباعها إلا إذا بذلنا جهداً للتعبير عنها بشكل خلاّق وقمنا بتمارين فكرية مثمرة.



أفضل مشترياتكم هي تلك التي لم تشتروها أبداً

أهم العوامل التي تتيح «للكسول المبدع» التوصل إلى النجاح والبحبوحة المالية بدون تعب، هو السيطرة على ماله. وهذا يتطلّب منه أن ينفق من المال أقلّ مما يجني. والخطوة الأولى إلى الالتزام بهذا المبدأ هي تقويم السبب الذي يدفعه إلى صرف المال على ما يصرفه عليه.

والمرحلة الأولى من عملية التقويم هذه هي أن تتنبّه لمشاعرك في اللحظة التي تشعر فيها بالحاجة الملحّة لشراء شيء.

إسأل نفسك أيّ حاجة نفسية تحاول إشباعها أو أي نقص عاطفي تسعى إلى التعويض عنه عبر شراء شيء جديد.

لعّلك تسعى إلى الشعور باحترام الذات، أو باحترام الآخرين؛ أو أنك تتوق إلى التميّز، أو إلى إرضاء الآخرين. وقد يكون الحال أنك تفتقد الإحساس بالانتماء، وبالأمان، أو بالقوة، أو بالعلاقات الإجتماعية، أو بالتنظيم. . . وأحياناً يتبيّن أن السبب هو الحاجة إلى تحديد هدف ما في الحياة، أو إلى اكتساب مركز اجتماعي مرموق، أو الحصول على مكافأة أو منصب رفيع. وأحياناً أخرى يكون الشعور بالسلام والسعادة والحب هو ما ينشده المبذّر. في حين أن بعضهم يحاول عبر التبذير أن يحارب شعوره بالغيرة والحسد من الآخرين أو أن يخفي خشيته من أن ينبذه الناس.

بعد أن تحدّد أي حاجة نفسية تدفعك إلى التبذير لتعبّر عن نفسها، عليك أن تكون واضحاً مع نفسك وتعترف بالمنفعة الحقيقية التي تتوقع الحصول عليها مقابل الإنفاق على شراء غرض ما. ولا بدّ أن يتبيّن لك، إن كنت صادقاً مع نفسك، أن معظم ما تشتريه ليس له أي أثر ايجابي يذكر على الحاجات النفسية التي تدفعك إلى

★ أفكار تغيِّر حياتك

إن كنت تشعر بعدم السعادة، على الرغم من أن أصدقاءك يحسبونك سعيداً، فاعلم أنك ما عدت بحاجة للمزيد من المال.

أكثر الحاجات إلحاحاً بالنسبة للإنسان هي المزيد من النَفَسْ الإبداعي في روحه.

ولعله يحتاج أيضاً إلى ضربة على رأسه يوجهها له مرشد مستنير يجعله يفتح عينيه ليرى الأمور كما يجب أن يراها.

الآن وقد أصبح «فلان» ثريّاً، ما عاد الناس يعتبرونه جاهلاً، بل شخصاً غريب الأطوار.

ميفس غالنت

الشراء بدون حساب. فامتلاك الأغراض التي تتوق إلى اقتنائها لا يقدّم بل يؤخر في حالتك. فحياتك تزداد تعقيداً أكثر فأكثر لأن ما تبذّره يستهلك مزيداً من وقتك الثمين ويجعل ديونك تزيد.

لِمَ لا نقتدي بنصيحة ميغل دي سيرفنتس القائلة: «ليكن عملك هو معرفتك نفسك، وهذا أصعب درس نتعلّمه في الحياة»؟!.

لن تتمكّن من السيطرة على مصاريفك ومداخيلك إلا إذا عرفت نفسك وما يدفعك إلى إنفاق المال، سواءً على السيّارات أو الأزياء أو المنازل أو الأشياء الممتعة الأخرى. . .

إنه لأمر في غاية الأهمية لأنه يمكن أن يحدّد ما إذا كنت قادراً على توفير مبلغ من المال يسمح لك بأن تعيش حياة كريمة في شيخوختك، أو إذا كنت عاجزاً عن توفير أي شيء.

في معظم الحالات، لا تمنح المشتريات المزاجية أي لذة للشاري ولا تحسن حياته في شيء. وأنت لست بحاجة إلا للحظة تريّث وتفكير لتفادي ارتكاب مثل هذه الهفوة. وإذا رحت تتساءل عن القيمة الفعلية لكل غرض أو خدمة تدفع ثمنها، تقلّص عدد مشترياتك بشكل ملفت. تتطلب هذه الطريقة في التقويم أن تسأل نفسك كلما نويت أن تشتري شيئاً إن كنت حقاً بحاجة له أم أنك تحاول أن تشبع فعلياً حاجة نفسية معيّنة. وعبر طرح هذه الأسئلة بدقة، ستكتشف أنك لا تحتاج حقيقة الأشياء التي تثير اهتمامك، حتى أنك لا تريدها فعلاً. النتيجة؟ إضافة إلى أنك ستجمع مبلغاً من المال، سوف تستمتع بحياتك أكثر متى أقلعت عن هدر الوقت والمال على أشياء لا تمنحك لا متعة ولا شعوراً بالرضى.

أعطِ أهمية كبرى لتحليل دوافعك العميقة إلى شراء شيء ما، وقدّر تقديراً جيداً المنافع التي تحصل عليها منه. تحلّ بحسّ داخلي ينبئك دوماً بما ستحصل عليه مقابل المال الذي تنفقه. هل

تريّث لحظات للتفكير بوضوح قبل أن تشتري أي شيء.
إسأل نفسك دوماً إلى أي مدى سيشعرك ما تشتريه بالرضى.
أفضل مشترياتك هي تلك التي لم تشترها.

الشخص الذي يشتري شيئاً لا يحتاجه يسرق نفسه بنفسه.

حكيم مجهول

تريد شراء هذا الغرض أو ذاك لأنك تريد أن تجاري صديقاً (أو صديقة) اشترى شيئاً شبيهاً به؟ هل تفكر بالشراء لأن ثمة ما يزعجك وتعتقد أن هذا الغرض سيجعلك تشعر بالتحسن؟

وسعياً إلى أن تكون مشترياتك منطقية تأكد أولاً من القيمة الفعلية التي تعطيها لهذه المشتريات. فكلما كانت الأهمية التي تعطيها لما تشتريه كبيرة كلما كانت المتعة التي تمنحك إياها كبيرة.

احرص على أن يصدر قرارك من منطلق حاجاتك الشخصية وليس بناء على نصيحة أحدهم. لا ترتبك ولا تحتار! إسأل نفسك: «هل هذا الشيء الذي أشتريه يمنحني الإحساس بالمتعة والرضى؟». تلك هي الطريقة الوحيدة التي تساعدك على اتخاذ قرارات شراء مستندة إلى تحليل نقدي وليس إلى اندفاع انفعالي بحت. إسأل نفسك أيضاً إن كنت قادراً مادياً على دفع ثمن الشيء الذي تشتريه، والاختبار الأمثل لتحديد ذلك هو أن تتأكد من أنك تملك السيولة الكافية لشرائه، وما إذا كانت هذه السيولة مخصّصة لشراء غرض آخر، أم أنك وضعتها جانباً خصيصاً لمثل هذه المشتريات الطارئة.

وفي حال أُجبرت على شراء شيء ما على حساب بطاقة الائتمان، وكنت أصلاً تجد صعوبة في تسديد فواتيرك، فاعلم أن ما تشتريه سيسيء إلى وضعك أكثر مما يرضيك. وهذا ينطبق على كل ما تشتريه وحتى لو كان شيئاً يعني لك الكثير. فأنت لن تستمتع بما تشتريه إن أمضيت الليل والنهار تفكّر في طريقة لتسديد ثمنه.

أنا لا أبالغ حقاً بالتشديد على أهمية التفكير بكل غرض نشتريه لتجنّب شراء أغراضٍ لا تحسّن نوعية حياتنا بشيء. احذروا أيضاً النفقات الصغيرة ـ بضعة دولارات ثمن قرص مدمّج CD أو دولارين ثمن فنجان قهوة ـ فعلى حد قول بنجامين فرانكلين:

★ أفكار تغيِّر حياتك

عندما تشعر بحاجة ملحّة إلى امتلاك شيء ما جاهد لكي تتغلّب على رغبتك به.

سيتبين لك أن عدم الرغبة بهذا الشيء شعور يرضيك تماماً كمتعة الحصول عليه.

ويوفّر عليك الكثير من تعب القلب.

لا يمكنك الحصول على كل شيء؛

فأين ستضع كل الأشياء التي تحصل عليها؟

ستيفن رايت

«حذار المصاريف الصغيرة، فبإمكان تسرّب بسيط جداً أن يغرق سفينة ضخمة».

إن هذه المصاريف الصغرى قادرة على تحويل وضعك المالي من الفائض إلى العجز في وقت قياسي. وهي لا تساعد أبداً على تحقيق الاستقلالية المالية. لا تنسَ الفرق بين أن تنفق 10% أكثر من مدخولك أو 10% أقل منه. ففي الحالة الأولى تغرق في فوضى مالية وتنجرف سريعاً إلى الإفلاس الشخصي.

أما في الحالة الثانية فتنعم بوضع مالي مستقرٍّ وبالحرية المالية الشخصية.

قد يبدو من المضجر إجبار نفسك على الشراء بوعي كامل لما تفعله، لكن الأمر يستحق العناء. علماً أن توفير المال لا يحصل على حساب استمتاعك بحياتك اليومية، بل على العكس. فلعلك تتمتّع أكثر بحاضرك وأنت مرتاح البال لأن لديك زاداً صغيراً يعينك على مواجهة الظروف غير المتوقّعة، ويسمح لك بأن تستمتع بملذات الحياة في المستقبل.

في حال أثّر فيك هذا الفصل من الكتاب وجعلك تعيد النظر في إنفاق مبلغ كبير من المال على غرض ما وتتخذ قراراً بصرف النظر عنه، عندئذٍ أستطيع أن أؤكّد لك أن استثمارك في هذا الكتاب كان ناجحاً ومثمراً. لكن لا تتوقّف عند هذا الحدّ، ففهم الدوافع الخفية التي تحثك على الانفاق دون وعي سيتيح لك توفير مبالغ طائلة في السنوات القادمة. وهذا يعني أنك ستكتفي بالعمل بمقدار نصف ما يعمله الآخرون، لتعيش حياة غنيّة بالنشاطات، مليئة بالسعادة والرضى ومفعمة بالاسترخاء.



الحياة أجمل من أن تقتصر على متعة امتلاك كل شيء

«كدنا أن نحقق السعادة لكننا أردنا كل شيء». إن هذه العبارة في أغنية «We Wanted It All» للثنائي بيرت بشراش وكارول باير ساغر تختصر حال معظم الناس في القرن الواحد والعشرين.

هؤلاء لن يشعروا أبداً بالسعادة المطلقة لأنهم يريدون الحصول على كل شيء معاً ـ الشهرة، الثروة، المنزل الفخم، الشاليه على شاطىء البحر، سيارتين أو ثلاث، زوجة (أو زوج) ملفتة، ثلاثة أطفال مثاليين، مربّية للأولاد، أصدقاء رائعين، السفر إلى بلدان غريبة في العطلات...

تسلّلت عقلية «ضرورة امتلاك كل شيء» إلى كل المجتمعات، حتى الشرقية منها. وهذه العقلية لها سلطان كبير. فقد استطاعت شركات الإعلان أن تقنع السواد الأعظم من الناس أنهم ليس فقط يستطيعون التطلّع إلى امتلاك كل وسائل الرفاهية، بل أنهم يستحقّونها أيضاً. وفي الحقيقة، تبلغ تطلعات بعض الناس حدّاً يستحيل معه تلبيتها، إلا بمعجزة من الله. ولكن... رغم أن الطبقتين الوسطى والثرية لم تمتلكا في أي جيل سابق من الأجيال ما تملكانه في عصرنا هذا، تشير الأبحاث إلى أن شعورهما بالرضى يتراجع أكثر فأكثر. وما من شيء يبرّر هذا التراجع إلا عقلية «ضرورة امتلاك كل شيء».

وهذه العقلية لن تجلب لأحد في النهاية مزيداً من الرضى أو السعادة. كيف يعقل ذلك؟ إن الناس، في سعيهم إلى امتلاك كل شيء يعملون ويكدّون كثيراً إلى درجة تعيقهم عن الاستمتاع بما يمتلكونه. والمؤسف في الأمر أنهم لا يتوقفون لحظة ليفكّروا بأن

★ أفكار تغيّر حياتك

لن تجعل من المال صديقاً مخلصاً لك إلا إذا عاملته ـ كما ينبغي أن يعامل الأصدقاء ـ باحترام شديد.
احتقره يوماً فيجعلك تعاني من مشاكل مالية جمّة، مهما بلغت ثروتك.

أنا أعيش فوق إمكانياتي المادية، حتى يمكنكم القول إننا في حال انفصال.

ي. ي. كامنغز

الحرمان من بعض الأمور التي نرغب بها، جزء لا يتجزأ من السعادة.

برتراند راسل

أحد أهم أسباب هدر الوقت وهدر سنين العمر هو رغباتهم التي لا يشبعها شيء.

فعقلية «ضرورة الحصول على كل شيء» لا تحرم الناس من الوقت الكافي ليعيشوا حياة متوازنة فحسب، بل تجعلهم في صراع مستمر مع وضعهم المالي. مثال على ذلك الشعب الكندي الذي يعترف 65% منه أنهم بالكاد يتدبرون أمورهم المادية، والسبب في ذلك يعود إلى الانفاق الذي يتخطى الامكانيات الفعلية. وفي الإطار نفسه يؤكد 20% من العائلات الأميركية التي يفوق مدخولها المئة ألف دولار في السنة، أنهم ينفقون كل ما يجنونه تقريباً على «ضروريات الحياة» (أعتقد أن هذه الأرقام تجعل عيون الناس تدمع في العائلات التي لا تنتج أكثر من ثلاثين ألف دولار في السنة ومع ذلك تتمكن من توفير 20 إلى 30% من مداخيلها).

إن الأشخاص الذين يعانون من إحساسهم بالحاجة إلى امتلاك كل ما هو متاح ومتوفّر يدخلون دوامة يصعب التحرّر منها، وهي دوامة العمل وانفاق مردود عملهم. فهم يشترون أشياء ويعملون بكدّ لتسديد ثمنها، فيشترون أشياء أخرى ويعملون ساعات إضافية لدفع ثمنها، فيبتاعون أشياء أغلى ثمناً وهكذا دواليك. هؤلاء يأملون الحصول على علاوات تحلّ مشاكلهم المادية ولكن حتى العلاوات لا تحل مشكلتهم. فما إن يستحصلوا على علاوة حتى يبدّدونها على ممتلكات جديدة أثمن من السابقة، وأكثر رواجاً وجمالاً ومتعة.

إرادة الحصول على كل شيء تجعل صاحبها يدفع الثمن من أعصابه. فالرغبة في الحصول على ممتلكات جديدة أهم من التي نملكها والخوف من عدم التمكن من الحصول عليها تتحكّم بحياتنا أكثر مما نجرؤ أن نعترف. إن الأشخاص الذين يريدون الحصول

لماذا تهدر وقتك وطاقتك ومالك محاولاً شراء أفخم منزل يمكنك الحصول عليه بواسطة قرض؟
في الحقيقة، البيت الصغير يتّسع للمقدار نفسه من السعادة الذي يتّسع له البيت الكبير.
وأحياناً يسع أكثر منه بكثير.

مررت قربه مئات المرّات لكنّي، في كل مرّة، لا أستطيع أن أمتنع عن التوقف أمامه والنظر إليه، ذلك البيت المهجور ذي الجدران الأربعة الفارغ من ساكنيه.

جويس كيلمر

المنزل هو جدران أربعة في داخلها الشخص المناسب.

هيلين رولند

على كل شيء يعيشون غير معترفين ومقرّين إلى أي حدّ ترتبط عاداتهم الانفاقية بشعورهم بعدم أهليتهم وأهميتهم كبشر. ورؤية الآخرين يمتلكون أشياء أكثر منهم وأفضل مما لديهم يؤجج إحساسهم بعدم أهميتهم. هؤلاء سيشعرون دوماً بعقدة النقص لأنهم سيجدون دوماً من يمتلك أشياء أكثر منهم وأفضل مما لديهم.

أشار الكاتب الأميركي موريس سنداك مرّة إلى أنه لا بد أن تكون للحياة غاية أهم من الحصول على كل شيء فيها. كان سنداك مصيباً في ملاحظته. فلو تأمل عدد أكبر من الناس بما يكفيه في حياته، لزاد عدد الأشخاص السعداء والراضين. ففي سعينا إلى امتلاك كل شيء نخسر الكثير من السلام الداخلي والسعادة والرضى، فلا نملك منها في النهاية إلا أقل بكثير مما كان يمكن أن نحصل عليه لو أننا تعلّمنا كيف نرضى بالقليل.

والآن لإعادة تنظيم الفوضى في الأمور المالية ونمط الحياة، يبقى أن نستطيع رفع التحدي التالي: اختيار الممتلكات المادية المهمة حقاً والاستغناء عن كل شيء آخر. إنها مسألة تمييز بين ما نحتاجه وما نريده. علينا أن نتعلّم متى ينبغي رسم خط فاصل بين «ما يجب أن نحصل عليه» و«ما نرغب في الحصول عليه». علماً أن معظم الأشياء التي نعتقد أننا يجب أن نحصل عليها لضرورتها، غالباً ما تكون أشياء لا نحتاجها البتة، وهي تستهلك الكثير من وقتنا وطاقتنا ومالنا.

عليك أن تفهم أن حاجاتك الفعلية ليست كثيرة. فأنت مخلوق مفطور على رغبات كثيرة وحاجات قليلة. وإذا أعملت فكرك النقدي قليلاً استطعت أن تنقل معظم حاجاتك إلى خانة الرغبات لا أكثر.

إدارة الأموال بنجاح لا تحتاج إلى مهارات.
كل ما عليك أن تفعله هو أن تجني المال قبل أن تنفقه.
تقيّد بهذه النصيحة البسيطة لتكون متاعبك المالية أقل من متاعب معظم الناس.
وبذلك أيضاً، ستثبت أنك أكثر حكمة، والنضوج الذي تحققه قد يقضي معظم الناس حياتهم كلها من دون أن يحققوه.

إذا حصلت على بعض المال أشتري كتباً؛ وإذا بقي معي القليل منه أشتري طعاماً وملابس.

إيراموس

لا ترمِ نفسك في أحضان المرابين إلا إذا لم تجد من ترمي نفسك في أحضانه.

جوش بلينغز

وفي الحقيقة، إذا أمعنت التفكير قليلاً، لوجدت أن كل حاجاتك تمت تلبيتها في الحياة. فكر بالأمر! لطالما أمّنت لك الحياة كل ما تحتاجه فعلياً، وإلا لكنت الآن ميتاً!

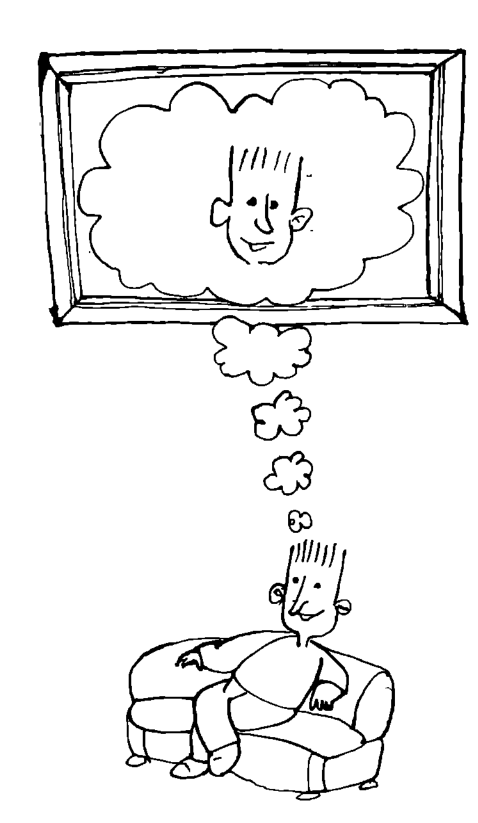
لعل عقلك هو أهم ما تملكه، ولكن تذكّر أنه قادر على خداعك أيضاً. وأكثر خدعه بساطة هي إقناعك بأنك تحتاج كل ما تشتريه. وإذا تركته يمارس عليك هذا التلاعب الخطير، فسوف يكلفك ذلك مالك وصحتك وشخصيتك واحترامك لنفسك وتوازنك العقلي. في الحقيقة، إن هذه الخدعة العقلية تجعلك تدفع ثمن الجري وراءها، حياة مليئة باللحظات الثمينة وبالاسترخاء والسعادة والرضى.

إن لم تسيطر على رغباتك، فلن يبقى لديك يوماً ما يكفي من المال لشراء الأشياء التي تتوق حقاً إلى اقتنائها ولا الحرية الضرورية لتعيش نمط حياة الكسول المبدع.

وهذا هو مختصر القول في موضوع الرغبة في الحصول على كل شيء: إذا كنت تتوقّع الحصول على كل شيء من الحياة فلن تحصل على شيء. وإذا تعلمت كيف تشعر بالسعادة من دون أن تملك شيئاً، فسوف تحصل على كل شيء. والمؤكد أنك لن تحصل على كل شيء إلا إذا عشت الحياة لحظة بلحظة وكنت ممتناً ومقدراً لما تملكه في كل لحظة منها.

الفصل الخامس

أنت تملك المال ولكن هل تستطيع أن تشتري لك بعض الوقت؟



ماذا ينفع الإنسان إن كان ناجحاً في عمله وفاشلاً في عائلته؟

تفرض علينا الحياة العصرية حقائق كثيرة منها أن الكل لديه أعمال كثيرة يريد إنجازها لكن الوقت المتوفّر لها محدود جداً. علينا اتخاذ قرارات تتعلق بتوظيف الوقت، ليس فقط في ما يتعلق بساعات العمل ولكن أيضاً في الوقت الذي نخصّصه للنشاطات الترفيهية. فبصرف النظر عن مدخولنا وما نملكه من رصيد في البنك، نستطيع جميعنا أن نعيش في بحبوحة إن استطعنا تحقيق التوازن ما بين ساعات العمل وساعات الترفيه. والتوازن الأفضل ما بين العمل والحياة هو أن تعمل 40 ساعة في الأسبوع أو أقل من ذلك ولا تشعر أن الوقت ينقصك لتعيش حياتك الخاصة.

وقد اتضّح أن النجاح في العمل لا أهمية له إن كنت فاشلاً في عائلتك. فمن الممكن أن تحقق نجاحاً باهراً في عملك وتفشل في الحياة الاجتماعية فشلاً ذريعاً. لا يجدر بك البتة أن تضحي بالسعادة الحاضرة لقاء حفنة من المال، بخاصة إن كنت ستنفق هذا المال بتهوّر على أغراضٍ لا قيمة لها ولا تحسّن نوعية حياتك بشيء. لن يعود لحياتك اليومية أي معنى إن كان الهدف من ذهابك إلى العمل هو دفع ثمن الأغراض التي تملكها ولا تملك الوقت لاستخدامها.

ما الفائدة من أن تكون مرتاحاً ماديّاً إنما لا وقت لديك لتعيش حياتك، بل بالكاد تعيش؟ إن الراحة والنشاطات الترفيهية المفيدة تشكل نصف ما تحتاجه لتعيش حياة تصل فيها إلى أهدافك وتحقق إنجازات. تلك هي الأمور التي تجعل الحياة تستحق أن نعيشها: الأصدقاء، العائلة، المغامرة، المشي، التأمل، الأعمال المبدعة، الحياة الروحية المرضية، عدم العمل لساعات طويلة وشاقة.

★ أفكار تغيِّر حياتك

لا تجعل من كسب أكبر قدر من المال هدفاً لحياتك.
بل فضّل أن تستفيد وتستمتع بحياتك إلى أقصى حدّ ممكن، بصرف النظر عمّا تكسبه من مال.

لا يفترض أن تكتب قصة حياتك على أوراق العملة.

كليفورد أوديتس

لو كنت أعرف معنى أن يمتلك الإنسان كل شيء لكنت رضيت بأقل من ذلك بكثير.

ليلي توملين

فإذا وجدت نفسك ميالاً إلى التركيز أكثر على العمل والشؤون المالية على حساب كل شيء آخر، فاعلم أنك مصاب برهاب الفقر. المال والممتلكات مهمة إلى حد ما، ولكن أهميتها لا تصل إلى حد وضعها على أول سلّم الأولويات في الحياة وكل شيء آخر يأتي بعدها.

إذا كان نمط خياتك غير صحي بسبب سعيك الدائم إلى كسب المال، فأنت فقير مهما جنيت من المال. لن تزدهر حياتك إلا إذا حصلت على القسط الذي تحتاجه من النوم، وأكلت طعاماً مغذياً، ومارست الرياضة بانتظام، وأمضيت ما يكفي من الوقت مع الأهل والأصدقاء. بناء على ذلك، لا يعود ما وجده الباحثون مستغرباً. فقد تأكد لهم أن الأفراد الذين يجدون الوقت للقيام بالنشاطات التي يستمتعون بها، يشعرون بسعادة أكبر ويطول عمرهم من أولئك الذين يغرقون في أعمالهم والروتين اليومي على حساب حياتهم الخاصة.

أكثر الناس ثراء في العالم هم أولئك الذين يستمتعون بعملهم وفي الوقت عينه يستطيعون الموازنة ما بين عملهم وحياتهم الخاصة بشكل صحي سليم. أنا شخصياً أفضل الاستمتاع ببعض اللحظات الجميلة ولو على حساب عملي. ولعلّي أفعل ذلك لأنني أستمتع بعملي إلى حدّ جعل الخط الفاصل ما بين العمل واللهو يضمحل فيكاد لا يظهر بوضوح. والجميع قادر حتماً على التوصّل إلى ما توصّلت إليه أنا، علماً أنني لا أستطيع أن أعمل على مشاريعي لوقت أطول من أربع أو خمس ساعات يومياً.

قد يناقشني البعض في هذه الملاحظة قائلاً إن لا حاجة للّهو خارج إطار العمل. إن كان العامل يستمتع بعمله، فعندئذٍ يتحول العمل إلى لهو ممتع. أنا غير موافق على هذه الحجّة لأن الحياة تقدّم لنا الكثير من الطرق المختلفة للحصول على الإثارة وعيش

فكر بالأمر مليّاً :

إن كنت تعمل أكثر من ثماني ساعات يومياً فلا شك أنك لم تختر العمل المناسب لك.

أو أنك تعمل بشكل خاطىء.

إن الإخلاص الدائم لما يسميه الرجل عمله لا يقوم ويستمر إلا على أساس إهمال أمور كثيرة أخرى.

روبرت لويس ستيفنسون

إن الإحساس بمرور الوقت سريعاً والشعور بالضغط بسبب ذلك، لا يفسّر دوماً بأن الحياة ملآنة بالمشاغل وأن الوقت عملة نادرة. بل على العكس من ذلك تماماً، هذا الشعور هو وليد خوف دفين نتيجة الإحساس بأن الحياة تمرّ دون أن ننجز شيئاً. فعندما لا نفعل ما ينبغي أن نفعله في هذه الدنيا، لا يبقى لدينا وقت لأي شيء آخر، وننضمّ إلى مجموعة الأفراد الأكثر انشغالاً في العالم.

إريك هوفر

المغامرة والتعلّم. والاكتفاء بعالم الأعمال يعني أن تفوّت عليك كل التجارب المفيدة الأخرى التي توفّرها لك الحياة. وإن كنت لا تستمتع بعملك وتعتبره مجرد وسيلة للوفاء بالتزاماتك المالية، فإن البحث عن التوازن الصحيح ما بين العمل واللهو يصبح عندئذٍ أمراً ضرورياً لكي تشعر بالرضى عن حالك.

النجاح في اختبار المعاني العميقة للحياة لهو أهم بكثير من النجاح بحسب معايير هذا العصر الحديث. فالنجاح على صعيد المال يبدو واهياً إن لم يشعر المرء بالرضى عن نفسه وإن خسر أخلاقه ومبادئه، ولم يعرف السعادة الحقيقية. كثر هم الأشخاص الذين يعتبرون ناجحين اليوم، لأنهم أثرياء مادياً، غير أنهم لا يملكون أي هدف ولا معنى لحياتهم أبداً؛ ذلك أنهم لا يخصّصون وقتاً لعيش حياة أكثر روحانية وتكاملاً. ونتيجة ما يفعلونه يحصدون الكبت والضغط النفسي والغضب الشديد الذي يتلف أعصابهم، وحركات عضلية لا إرادية، وتشنجّات، وجلطات ونوبات قلبية.

في الواقع، يغري معظم الأشخاص الغارقون في العمل أنفسهم بفكرة أنهم سينعمون في وقت لاحق بحياة مليئة بالنشاطات، والاسترخاء والرضى والسعادة، وقت سيتمكنّون فيه أخيراً من التخفيف من مشاغلهم ومن الاستمتاع بوقتهم. إنهم ينتظرون اليوم الذي يمتلكون فيه مبلغاً كافياً من المال، أو اليوم الذي يتقاعدون فيه ويتقاضون تعويضهم من الضمان الاجتماعي، ليبدأوا بعيش حياتهم. لسوء الحظ، هذا اليوم نادراً ما يصل؛ فالناس إما يموتون قبل أن يصل أو أنهم يفقدون القدرة على الاستمتاع بوقتهم متى حلّ ذلك اليوم الذي يمتلكون فيه المال والوقت.

في الحقيقة، إذا كنت تعتقد اليوم أنه ليس لديك الوقت الكافي لممارسة هوايات بنّاءة فاعلم أن الوقت لن يُتاح لك أبداً. فمن

★ أفكار تغيِّر حياتك

لكل شيء في هذه الحياة ثمن.

فإذا لم تعمل بالجهد المطلوب تدفع الثمن، وإذا عملت بجهد أكبر من المطلوب تدفع ثمناً مضاعفاً.

أنا أحسب ثمن أي شيء، بمقدار ما ينبغي أن أمنحه من حياتي لقاء الحصول عليه، سواء في الحال أو على المدى البعيد.

هنري ديفيد ثورو

الثمن الحقيقي لكل الأشياء، ذلك الذي يدفعه المرء للحصول عليها، هو العمل والجهد المبذولان للحصول على هذه الأشياء.

آدم سميث

السهل أن يشغل الإنسان نفسه لمجرد أن يشعر بأنه مشغول. كما أنه من السهل أيضاً أن تملأ حياتك بنشاطات وأعمال ثم تشتكي من ضيق الوقت. وعندما تجد بعض أوقات الفراغ يسهل عليك أكثر أن تستلقي على أريكة وتشاهد التلفزيون لساعتين أو ثلاث ثمّ تشكو من أنه لا وقت لديك للقيام بنشاطات ترفيهية مفيدة أكثر من هذه. إن إبطاء سرعة جريان الوقت والتخفيف من اللهاث وراءه يتطلبان منّا قدراً من الذكاء والشجاعة. وكذلك إن أردنا أن نعيش على سجيّتنا ونستمتع بحياتنا.

وأهم إنجاز في حياة الأشخاص الذين نجحوا في تحقيق التوازن السليم ما بين العمل والحياة الخاصة هو أنهم استطاعوا تحديد أولوياتهم بشكل صحيح. فالتوصل إلى هذا التوازن يقتضي أن تحدّد أولويات في لائحة حاجاتك ورغباتك وأن تصبّ طاقتك وتخصّص وقتك للحاجات أو الرغبات التي تهمّك أكثر من غيرها.

إبدأ بوضع سلّم أولويات للتحدّيات التالية التي عليك رفعها في حياتك بحسب أهميتها بالنسبة لك: زوجتك، أولادك، صحتك، نموك الفكري والنفسي، عملك، مجتمعك، نموّك الروحي، ثقافتك.

عندئذٍ فقط تستطيع أن تتأكد من أن كل عنصر من هذه العناصر يحتل مكانه الصحيح بحسب أولوياتك، وأنك تعيش وتعمل بحسب هذه الأولويات. ولا مفرّ أيضاً من أن تحدّد لنفسك بوضوح تام أي حياة تريد أن تعيشها وعلى أي مستوى. أما المعيار الذي تستطيع على أساسه أن تحدّد مدى سعادتك وإحساسك بالرضى فهو مقدار ما تكرّسه من وقت وجهد للأمور التي تهمك حقاً.

ليس من المستحيل أن تعيش الحياة التي تتلاءم ومبادئك وتطلعاتك إذا كانت تلك إرادتك ورغبتك. فالسيطرة على مجريات

★ أفكار تغيِّر حياتك

الكون يتحدّانا أن نجيب عن الأسئلة التالية:

ما نفع الوظيفة ذات الأجر المرتفع إذا كانت تشعرك دوماً بالضغط النفسي والاحباط؟

ما نفع المنزل الفخم إن كنت لا تملك الوقت إلا للنوم فيه؟

ما نفع أن تحصل على ممتلكات كثيرة إن لم يكن لديك وقت للاستمتاع بها؟

والأهم من كل ما سبق، ما نفع أن تكوّن عائلة، إن كنت لا ترى زوجتك وأولادك إلا في أوقات نادرة؟

لا قيمة للنجاح إلا إذا كان يتيح لك فرصة القيام بعدد أكبر من الأمور التي ترغب أن تقوم بها.

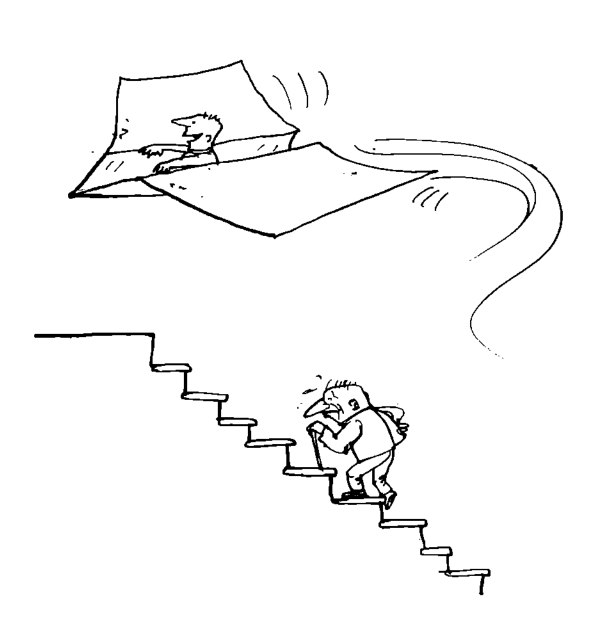
ساره كالدويل

حياتك أمر يتعلّق بك، فالقرار يعود لك، لا لموظّفيك، لا للحكومة، لا لزوجتك ولا للمجتمع ولا لأي شخص آخر. أنت من يقرّر إن كنت راغباً في أن تكفّ عن العمل بإفراط وعن التفكير المادي لتستبدل ذلك بحياة تتضمن المزيد من النشاطات الترفيهية، حياة تمنحك وقتاً للاسترخاء وتمضية ساعات أطول مع أولادك. حياة تقوم فيها بأعمال تجعلك سعيداً راضياً عن نفسك.

طبعاً ليس من السهل أن تحدث تغيّرات جذرية في حياتك لتتوصل إلى التوازن السليم، غير أن الملايين من الأشخاص جربو وأثبتوا إمكانية القيام بذلك. هؤلاء استجمعوا طاقاتهم الانفعاليا وحققوا ما لم تحققه الأكثرية. وهم اليوم يعيشون حياة أكثر كمالاً وسعادة، ويمضون المزيد من الوقت مع عائلاتهم ويتواصلون بشكل أفضل مع الطبيعة ومع مجتمعهم ويتمتعون بكثير من ملذات الحيا البسيطة التي تناسوها في سعيهم إلى تحسين مستواهم المعيشي. وحتى لو كانت نسبة 2% من الناس فقط تختار أن تعيش حيا متكاملة، هادئة، سعيدة ومرضية، يمكنك أن تختار الانضمام إلى هذه المجموعة. إنما عليك أن تدفع ثمناً معيناً لتتوصّل إلى ذلك.

«النظام الاقتصادي والاجتماعي يجعلنا نعمل بهذا الشكل المفرط». تلك هي الحجة السهلة التي أقنعنا أنفسنا بها. ولكن على عكس ما نعتقده ويعتقده الآخرون، النظام لا يستعبد الناس بل هم الذين يرتضون العبودية له. ورفض هذه الحقيقة هو بمثابة هدر لكل الطاقات الابداعية. فإنكار واقع الحال هذا يعيقنا عن إحداث التغييرات التي يمكن أن تؤثر على نوعية حياتنا.

وبعد إقصاء كل الحجج الممكنة، يمكننا أن نخطو الخطو الأولى نحو البحث عن سبل لتغيير الطريقة التي نعيش بها حياتنا. هذا إذا كان لدينا طريقة حياة أصلاً.



العمل نشاط إنساني
أما التكاسل المبدع فنشاط فائق الطبيعة

في القرن التاسع عشر طُلب من عالم الأحياء السويسري جان لوي رودولف أغاسيز أن يعطي محاضرة لقاء مبلغ كبير من المال، إلا أنه أجاب قائلاً: «لا يمكنني أن أضيّع وقتي بالسعي إلى كسب المال». من المؤسف حقاً أن قلّة قليلة من الناس في عصرنا هذا لديها هذه الأولويات ذاتها. لكان العالم مكاناً أفضل مما هو عليه الآن، لو أننا نضع الأمور المهمة في الحياة في المراتب التي تتقدّم عنى المال. من المؤكد أن الحياة في المجتمع الحديث تتطلّب منا أن نكسب رزقنا. ولكن متى أفرطنا في السعي وراء كسب الرزق عانينا من خسارة الهدوء والسكينة وفقدنا الرضى عن حياتنا التي باتت تفتقر إلى راحة البال.

تكمن المشكلة في أن معظم الناس يقبلون بكامل وعيهم أحياناً وبطريقة غير واعية أحياناً أخرى، التركيبة التي تقدمها لهم الشركات، والمؤسسات التربوية، ووسائل الإعلام والمعلنون، ليحصلوا على حياة مرضية ناجحة وتستحق أن يعيشوها. وقلّة هم الأشخاص الذين يتوقفون قليلاً للتفكير بالسبب الذي يجعلهم يفعلون ما يفعله الجميع. ومعظم الذين يفكرون لا يجرؤون على تغيير شيء حتى لو أرادوا ذلك من صميم قلوبهم.

السواد الأعظم من الناس يعتقد اعتقاداً راسخاً أن كسب الرزق والحصول على حياة مريحة يتطلّب عملاً شاقاً. وهؤلاء مخطئون! ما يحتاجونه حقاً هو أن يتعلّموا كيفية «عدم العمل بجهد». ولكن من الصعب أن يتخلّص المرء من الإدمان على العمل بعد أن يكون قد تعلّمه لأن ممارسة هذا الإدمان تمنح إحساساً بالسرور والرضا.

★ أفكار تغيّر حياتك

تنبّه للأوقات التي ينبغي أن تعمل فيها بسرعة.
والأهم من ذلك، أن تتنبّه للأوقات التي ينبغي ألا تعمل بها، بل أن تسترخي وتستمتع بوقتك.
هذا لن يفيدك فحسب، بل سيدهش أصدقاءك وزملاءك.

يا للأسف! فالإنسان تحوّل إلى أداة تعمل لحساب أدواتها!

هنري ديفيد ثورو

أوَليس في الأحلام وفي أوقات التكاسل اللذيذة تظهر الحقائق الدفينة وتطفو على سطح الواقع!

فيرجينيا ولف

أضف إلى ذلك أن أخلاقيات العمل عامة أدت إلى زرع فكرة محدّدة في العقول وهي أن العمل الشاق فضيلة مهما كانت النتائج التي تعطيها.

ولكن حتى لو كنت قد عملت بجهد طوال حياتك، بإمكانك أن تتحول الآن إلى كسول، ذكي ومنتج في الوقت عينه. إن الكادحين في عملهم ـ والمرادفين للمتحجرّي العقول ـ يهتمّون بعدد ساعات العمل فحسب. أما أنت فعليك أن تركّز على النتائج. وسترى الفرق الذي يحدثه هذا التغيير في مدخولك في الحياة المتوازنة التي ستتمكن من أن تحياها.

ولتنجح في اعتماد طريقة أكثر هدوءً وصفاءً لكسب الرزق، عليك أن تبقى في حالة تنبّه دائم لئلا يتمكن متحجّرو العقول من التأثير فيك. مثال على ما أقولُ هو ما ورد في كتاب ستيفن م. بولن «Live Rich» حيث ينصح القارىء قائلاً: «كسب المال عمل شاق. عليك أن تنهض باكراً وتعمل بكدّ طوال النهار، وتسهر أكثر من الجميع. أما أسهل الطرق لكسب المال فهي أن تتلقى ميراثاً أو أن تربح في ألعاب الحظ كاللوتو أو اليانصيب». وتكتشف إن أنت اتّبعت نصيحة الكاتب أن العمل المضني يؤدي للأسف، دون شك أو ريب، إلى نتائج أقل من تلك المتوقّعة. إنما هنالك بديل عن نصيحة بولن هذه. إنها طريقة إيجابية أكثر وناجحة أكثر لتأمين حياة كريمة ماديّاً وممتعة إلى أقصى حدّ ممكن.

فباستطاعتنا أن نحذو حذو الأثرياء العصاميين مثل روبرت رينغر مؤلف كتاب «Million Dollar Habits»، وروبرت ت. كيوزاكي مؤلف كتاب «Rich Dad, Poor Dad». فهذان الثريان يؤكّدان أنك لن تجد صعوبة في كسب المال شرط أن تعتبر عقلك أهم ممتلكاتك. وإن قمت بتوفير القليل مما تكسبه واستثمار جزء كبير

ينشغل معظم الناس بمشاريع وأعمال تافهة أو ينغمسون في ملذّات الحياة السطحية وبذلك يدفنون بأيديهم قدرتهم على الإبداع.

من الخطأ أن تكون واحداً من هؤلاء.

إن السعي إلى الكمال في الأشياء التي لا تتطلّب كمالاً هو مبدأ الأعمال المرهقة دون جدوى.

الأشياء التافهة تؤثر في العقول التافهة.

بنيامين ديزرا يللي

يستطيع أيّ كان أن يقوم بأي مقدار من العمل مهما كان كبيراً شرط ألا يكون العمل المطلوب منه القيام به في لحظة الطلب بالذات.

روبرت بنشلي

منه، ستنجح بجمع ثروة. بكلام آخر، ليس العمل الشاق هو الذي يعطي نتائج مالية ممتازة بل الابداع والاستثمار بذكاء.

الفكرة الأساس التي يعتمد عليها هذا الكتاب هي أن عليك أن تفكّر أكثر وتعمل أقل من أي شخص عادي يعيش في هذا المجتمع، لتستطيع تحسين مستوى حياتك نوعياً. وبالتالي عليك أن تتحدّى مفاهيمك القديمة في ما يتعلق بالعمل واللهو لتحقق أفضل النتائج. تأكيداً على ما أقوله أستشهد بالكاتب الفرنسي فرانسوا دوق لاروشفوكالد الذي عاش في القرن السابع عشر حين قال: «إن أعظم مواهب الإنسان على الإطلاق هي قدرته على تحديد قيمة الأشياء حقّ التحديد».

وتلك هي جذور المشكلة. فمعظم الناس غير قادرين على إعطاء العمل القيمة الفعلية التي له. فهم في الحقيقة يعطون أهمية زائدة للعمل ويقلّلون من أهمية اللهو. وهذا الواقع هو نتيجة برمجة للعقول، امتدت على مدى سنين، مارستها المؤسسات الدينيّة والتربوية، والشركات والمجتمعات والمعلنون.

وهكذا نكتشف أنه من المستحيل معالجة مسألة التوازن بين العمل والحياة الخاصة ما لم نضع العمل في المكانة الفعلية التي يحتلها. لا شك أن للعمل منافع كثيرة لا أحد ينكرها، غير أن الناس يميلون إلى التغاضي عن تأثيراته الجانبيّة السيئة. وهذا ما يستنتجه وليام فولكنر فيقول: «إن أكثر الأمور مدعاة للحزن هو أن الشيء الوحيد الذي يستطيع الإنسان أن يقوم به ثماني ساعات في اليوم، يوماً بعد يوم، هو العمل. لا يمكنك أن تأكل أو تشرب أو تمارس الحب ثماني ساعات في اليوم - كل ما تستطيع أن تفعله ثماني ساعات يومياً هو العمل. وهذا ما يجعل الإنسان يَحزن ويُحزن من حوله».

★ أفكار تغيّر حياتك

إليك فكرة أخرى لتتمعّن بها مليّاً:

العمل نشاط إنساني.

أمّا التكاسل المبدع فنشاط فائق الطبيعة.

علّمني والدي أن أعمل، ولكنه لم يعلّمني أن أحبّ عملي. لم أحب العمل يوماً، أنا لا أنكر ذلك. أفضّل أن أقرأ، وأخبر قصصاً، وأروي دعابات، وأتكلم، وأضحك ـ أي شيء ما عدا العمل.

أبراهام لينكولن

إن ثقافة العصر الحديث قائمة على الفائض في كل شيء وعلى الإنتاج بكمية كبيرة بصرف النظر عن النوعية. ونتيجة هذه الثقافة هي التراجع المستمر في قدرتنا على الإحساس بالأمور والاستمتاع بها كلّياً. فكل معطيات الحياة العصرية ـ الرفاه المادي وتراكم وسائل الراحة المطّرد ـ تعمل على إتلاف قدراتنا الحسّية.

سوزن سونتاغ

لم يكن العمل يحتل في الماضي الأهمية التي يحتلها اليوم، على عكس ما يعتقد الناس. الفلاسفة الإغريق، من مثل أفلاطون وأرسطو، أعلنوا أن أقصى حدود الثراء هو أن يكون الإنسان قادراً على الإقلاع عن العمل وعلى امتلاك وقته.

إن البحث عن الثروة والسلطة والمركز الاجتماعي من خلال العمل كان بمثابة نوع من أنواع العبودية الإرادية التي فشلت في تحسين حال البشر. فأفلاطون وأرسطو انتقدا الأشخاص الذين تابعوا العمل بجهد حتى بعد أن تأمنت لهم حاجاتهم الأساسية. واستنتجا أن هذا النوع من الناس يستمر في الكفاح والسعي إلى الرفاهية والسلطة في محاولة منه لطمس خوفه من الحريّة. علماً أن أفلاطون وأرسطو لم يخلطا بين أوقات الفراغ والكسل السلبي أو البطالة، إنما اعتبراها نشاطاً أسمى من العمل. وقد وصف أفلاطون أوقات الفراغ قائلاً إنها أوقات ناشطة لا ساكنة بسلبية، فيها يكون الفكر والجسد في حركة، وليس في حالة سهو جامدة». بكلام آخر، اعتبر القدماء أوقات الفراغ فرصة لتمرين عقولهم وأجسادهم وعيش روحانيتهم بطرق جديدة ومثيرة ترضيهم، ولا يمكن اختبارها في إطار العمل.

وثمة اعتقاد شعبي خاطىء آخر سائد اليوم وهو أنه لأمر طبيعي أن يعمل الإنسان ساعات طويلة شاقة، وهذا أبعد ما يكون عن الحقيقة. فالعمل لساعات طويلة عادة حديثة سيئة نشأت أثناء فترة الثورة الصناعية؛ إذ يؤكد علماء الأنتروبولوجيا (علم الإناسة) أن الفلاحين في أوروبا (أو في أي بلد آخر)، وفي فترة العصور الوسطى، كانوا على اختلاف أوضاعهم المالية، يعملون أقل مما نعمل نحن اليوم. وأوقات الفراغ واللهو في اليونان القديمة وروما كانت حافلة أكثر بالنشاطات من أيامنا هذه. فثلث أيام السنة (109

شعار الكسول المبدع:

حتى لو أنجزت عملاً ما بسرعة وبأقل قدر من الجهد فاعلم أنه لا بد من طريقة أكثر فعالية ومهارة لإتمام هذا العمل.

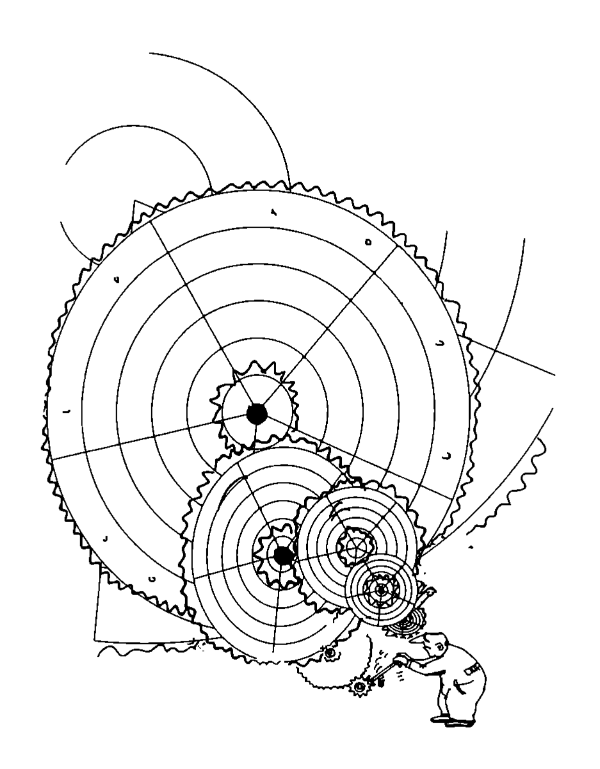
إن كان هنالك طريقة أكثر صعوبة للقيام بعمل ما فلا تقلق، لأن أحداً ما سيكتشفها.

رالف إ. روس

أيام من 365 يوماً) كان يعتبر غير مناسب للعمل في الحقول أو في التجارة. وما زلنا نستطيع أن نرى اليوم، في المجتمعات البدائية النادرة، أن الناس يعملون أقلّ بكثير من المجتمعات الحديثة. فالرجال في جزر هاواي يعملون أربع ساعات فحسب. وسكان أستراليا الأصليون لا يعملون إلا بالقدر الكافي لتغطية حاجاتهم الضرورية. وما يدفع الناس في الدول الصناعية المتقدمة إلى العجب هو أن هؤلاء البدائيين يعيشون حياة مليئة بالفرح والرضى وليست لديهم متطلبات بقدر ما لسكان العالم الآخرين.

إذاً كما في اليونان القديمة كذلك اليوم، علينا ألا نقيس السعادة والبحبوحة في الحياة بمدى رضانا عن عملنا أو بحجم ما نكدّسه من ممتلكات مادية. فالحياة تتطلب منّا أيضاً بعض النشاطات الترفيهية المثيرة والمفيدة، نشاطات تنمي العقل والجسد والروح. عدد كبير من الناس يستطيع أن يتوصل اليوم إلى طريقة متكاملة يعيش بها حياته ـ طريقة تجمع بين ما هو مادي وما هو غير مادي. ذلك ممكن شرط أن يريد الإنسان ذلك. لكن لسوء الحظ قليل من الناس يفعلون ما هو مطلوب للتوصّل إلى مثل هذه الحياة.

على عكس ما يعتقد المدمنون على العمل، لا داعي أن يعمل المرء خمسين أو ستين ساعة أسبوعياً ليتمكن من الاستمتاع بحياته في وقت ما في المستقبل. في الحقيقة، أحد أكبر مخاطر الادمان على العمل، هو التضحية بالسعادة في الحاضر طوال عشرين أو ثلاثين سنة، لا لشيء إلا لكي يتعرض المرء لحادث سير مثلاً، فيخسر حياته قبل أن يتقاعد ليستمتع بحياته. عندئذٍ يكون قد مات ولم يفهم ما كان ينبغي أن يفهمه منذ زمن بعيد.



العمل هو الملاذ الأخير للأشخاص المحبطين وغير المنتجين

لعلّك تشبه ملايين الناس في هذا العالم الذين حوّلوا الحاجة إلى كسب الرزق إلى أولوية لا بل إلى هوس. أنت تتوق إلى حياة راقية فيها المزيد من الإثارة والمغامرة والرضى والسعادة، لكنك لا تجد الوقت الكافي لتنعم بهذه الأمور. فإن كان هذا هو حالك، فاعلم أنك مصاب ربما بالإدمان على العمل أو أنك تكاد تدمن عليه. أما إذا أقرّيت بأنك تعاني قليلاً من الإفراط في العمل، فمن المرجّح أن تكون مشكلتك أكبر مما تريد أن تعترف. وحيث أن المجتمع والشركات تدعم وتشجع عقليّة الإدمان على العمل، من السهل أن نفهم لِمَ يدمن هذا العدد الكبير من الناس على العمل.

هذا الواقع مؤسف حقاً، سيّما أن الحياة التي تعتمد على العمل كمحرك أساسي تفتقر إلى الغنى والعمق. وأقلّ ما يقال في وضع كهذا هو إنه مثير للشفقة. فقد أشارت دراسة أجريت مؤخراً إلى أن العمّال غير الراضين عن اختلال التوازن ما بين العمل والحياة الخاصة يُحصون بالملايين. وتؤكد الدراسة أن نصف عدد الموظّفين الذين تتراوح أعمارهم ما بين 25 و44 يعملون ساعات طويلة جداً حتى أنهم لا يجدون وقتاً كافياً يمضونه مع عائلاتهم وأصدقائهم.

عدد كبير من الناس يعملون لعدد كبير من الساعات، لا يأخذون عطلة إلا نادراً، ويربطون هويتهم الشخصية بالمكان الذي يعملون فيه، أي أنهم يعرّفون عن أنفسهم بألقابهم أو المراكز التي يحتلوّنها في أعمالهم. وعوض أن يعتمدوا لتأمين حاجاتهم العاطفية على أصدقائهم وعائلاتهم وكتبهم المقدّسة، تراهم يعتمدون على

إذا كنت تحسب نفسك منتجاً لأنك تعمل 14 ساعة في اليوم، فأنت تخدع نفسك.
لا يمكنك أن تعتبر نفسك منتجاً إلا إذا أنجزت المقدار نفسه من العمل في أربع ساعات واستخدمت الساعات العشر المتبقية لتستمتع بما تقدّمه لك الحياة.

الأشخاص الناجحون هم أولئك الذين يستطيعون أن يبتكروا أموراً تشغل أوقات الآخرين.

دون ماركيز

رؤسائهم وزملائهم في العمل. ومن المحزن جداً أن يتحول العمل إلى المصدر الوحيد الذي ينهلون منه احترامهم لأنفسهم وتقدير الآخرين لهم والاعتراف بمكانتهم.

ينعكس هذا الواقع على عيادات الأطباء النفسيين الذين يستقبلون عدداً متنامياً من المرضى الذين خسروا هوياتهم مع خسارة وظائفهم. وقد صرّح مينيارد براسمن، أحد علماء النفس في ولاية سان فرنسيسكو، إلى مجلة Fast Company قائلاً: «إن مقر العمل تحوّل إلى مركز يعيش فيه الناس حياة اجتماعية، ففي بعض الشركات ثمة نوادٍ رياضية توفر حتى خدمة التدليك للموظف. وتقام في الشركات حفلات إجتماعية في بعض المناسبات. يأتي إليّ بعض الأشخاص لأنهم يشعرون بقلق خانق ولا يعلمون ما سببه. الحقيقة هي أنهم وقعوا في شرك هذه الثقافة. والسؤال المطروح هو التالي: هل هذا النمط المعيشي صحيّ؟ استناداً إلى ما أراه في عيادتي، أنا أقول لا».

بصرف النظر عن مدى نكرانك لهذا الواقع، إلا أنك ستشعر عاجلاً أم آجلاً بالإرهاق الجسدي والنفسي في حياتك، إن استمرّيت تعمل بجهد دون انقطاع. وكلما زاد إرهاقك في العمل كلما بدوت متعباً ومثيراً للشفقة. وكلما كرّست نفسك أكثر فأكثر لعملك كلما بقيت على هذه الحال. عندئذٍ تصبح حالة التعب النفسي والجسدي أمراً اعتيادياً بالنسبة لك ومع مرور الوقت تتأزم حالك أكثر فأكثر. فالعمل بإفراط، تماماً كممارسة الرياضة بإفراط، يجعلك تستنفد كل قواك. وتجدر الإشارة هنا إلى أن الأبحاث الصحية تشير إلى ارتباط الإفراط في العمل بأمراض كثيرة مثل التقرّحات في المعدة، ومشاكل العمود الفقري، الأرق، الاكتئاب، والنوبات القلبية. وأي مرض من هذه الأمراض يمكنه

★ أفكار تغيِّر حياتك

مهما كان حبّك لعملك عظيماً إحذر خطورة أن يصبح عملك هو حياتك.

إذا كان عملك يعرّف عَنك فاحذر أن تخسر هويتك عندما تخسرَ عملك أو تتقاعد.

اعترف أنه لمن المؤسف أن يحصل ذلك!

البعض يدمن على العمل كإدمان البعض على المخدرات، حتى لا يعود قادراً على رؤية حاله.

ألدوس هاكسلي

أن ينهك قواك في وقت قياسي. أضف إلى هذه اللائحة، على سبيل الاحتراز، الموت المبكر، حتى لو لم يدهسك باص. عندما تفتقد حياتك إلى التوازن، تحلّق أنت فيها كطائر مكسور الجناح. والتوازن في الحياة يعتمد على التوازن الفكري. ويتطلّب استثماراً عاطفياً وليس فقط مالياً.

فإذا استطعت أن تغيّر نظرتك إلى العمل والطريقة التي تعمل بها، تغيّرت حياتك بشكل لم تحلم به يوماً.

أهم خطوة على هذه الطريق، هي ألا تسمح لنفسك باعتبار الادمان على العمل حالة تدل على الذكاء والبطولة، حتى لو كان 20% من العمّال مدمنون عليه. أما أعراض عقلية الإدمان فهي حب الكمال في كل شيء والهوس بالعمل، وتفضيله على أي نشاط آخر. المدمنون على العمل يكرّسون أنفسهم بالكامل لعملهم، حتى لا يبقى لديهم أي وقت للأصدقاء والعائلة وحتى لأنفسهم. ويذهب بعض المحلّلين النفسانيين إلى أن الإدمان الخطير على العمل هو أحد أعراض مرض عقلي يؤدي إلى الإحساس بالفراغ الروحي.

المحزن في الأمر أن عدداً كبيراً من المدمنين على العمل يحجمون عن أي نشاط اجتماعي وترفيهي لأنهم عاجزون عن القيام بأي شيء غير العمل، حتى لو كانوا متزوجين ولهم أولاد. وتؤكد الباحثة الاجتماعية «أرلي هوشيلد»، مؤلفة كتاب The Time Bind: When Work Becomes Home and Home Becomes Work، أن العديد من الأزواج الذين يعملون يمضون ساعات إضافية في العمل لا لأنّ أرباب أعمالهم يحتاجون لهم، بل لأنهم يريدون الهرب من غليان الحياة العائلية. ويصل الأمر ببعض هؤلاء اجتماعياً وعائلياً، حد الذهاب إلى العمل في أوقات مرضهم، للتهرّب من الحياة العائلية.

عليَك أن تدرك أن الأشخاص المدمنين على العمل ليسوا أفراداً منتجين.

بل على العكس من ذلك تماماً.

المدمن على العمل يتطلّب وقتاً مضاعفاً لإنجاز نصف العمل الذي يستطيع الكسول المبدع أن ينجزه.

قال الجنرال ڤون منستاين عن الضباط الألمان العبارة التالية: «ثمة أنواع أربعة من الضباط: النوع الأول هو الضبّاط الكسالى والأغبياء. دعهم وشأنهم، فهم غير مؤذيين. النوع الثاني هو الضباط الأذكياء والذين يعملون بجهد. إنهم ممتازون، ويهتمّون بالتفاصيل كما ينبغي. والنوع الثالث هو نوع الضباط الأغبياء الذين يجهدون أنفسهم في العمل. هؤلاء خطرون وينبغي فصلهم فوراً، فهم يخلقون عملاً إضافياً لا أهمية له لكل الآخرين. وأخيراً هنالك الضباط الكسالى والأذكياء. وإلى هؤلاء ينبغي أن تسند المهمات الأصعب».

في الحقيقة لا يمكن القول إن المدمنين على العمل أشخاص أقوياء، بل هم على العكس من ذلك أناس ضعفاء لا يتحلّون بالقدر الكافي من إرادة الاستمتاع بالحياة، ويبدو أنهم لا يهتمّون بموضوعي السعادة والصحة. وهم يفرطون في العمل ليتجنبوا النمو النفسي والفكري والروحي، ويتفادوا اختبار المرح، ويتهرّبوا من عائلاتهم وعلاقاتهم الاجتماعية ويؤجلوا مواجهتهم لأنفسهم. أضف إلى ذلك كلّه، أنّ المدمنين على العمل يخشون الفقر ويفتقرون إلى الثقة بقدراتهم؛ وإلا كيف يبرّرون تمضيتهم كل هذا الوقت في العمل.

ولكن لنواجه الحقيقة، فالخلاص من حياة شخصية عقيمة لا يمكن أن يحصل في مكان العمل، مهما كانت وجهة النظر التي تتذرّع بها. نعم، ينبغي أن يكون العمل جزءاً من الحياة اليومية، إنما لا يتخطى بأهميته أهمية النشاطات العائلية والرياضة واللهو والاختلاء بالنفس. لا تهدر كل طاقاتك على العمل، ويستحسن أن تتعلم كيفية عيش النشاطات الترفيهية والاستمتاع بها. فالمثابرة على ممارسة هواياتك الممتعة واستثمار مواهبك منذ مراحل حياتك الأولى أمر يضمن لك حياة مهنية غنية ومرضية، حتى لفترة ما بعد التقاعد عن العمل.

كيف السبيل إلى تخطي هذا الهوس بالعمل الشاق؟ عليك أولاً أن ترفض حكم المجتمع عليك الذي يعتبرك مستهلكاً متفانياً يدعم اقتصاد بلاده ويربط قيمتك بكم الأعمال الشاقة الذي تقوم به.

فإذا كنت قادراً على تأمين حياة كريمة لك بالعمل أربع ساعات يومياً فحسب، إفعل ذلك ولا تفكر بأحد آخر! عرّف النجاح تعريفاً جديداً خاصاً بك، واعمل على تنمية إحساسك بالاستقلالية النفسية عن زملائك في العمل.

مواصفات المدمن على العمل:

كلّما كان حجم الأعمال التي عليه إنجازها قليلاً كلّما كان الوقت الذي يحتاجه لإنجازها طويلاً.

المدمن على العمل يحوّل أي فكرة بسيطة إلى معضلة معقّدة إلى أقصى حد.

ما من مشكلة يستعصي تضخيمها على المدمن على العمل. فمهما كانت بسيطة يعقّدها، ومهما كانت معقدة يستطيع تحويلها إلى معضلة.

المهمات التي يعتبرها الكسول المبدع غير ذات أهمية ولا تستحق المتابعة، هي عينها تلك التي ينقضّ عليها المدمن على العمل ويفرط في ملاحقتها.

يسعى المدمن على العمل بجهد لحل مسائل نسي الجميع أمرها منذ وقت بعيد.

يعتبر البعض أن العمل شرٌّ مغرٍ أكثر من شرّ الكسل.

صامويل باتلر

مفتاح نجاحك في هذه المهمة هو عدم السماح للآخرين بأن يمارسوا عليك ضغطاً يدفعك إلى العمل ساعات توازي الساعات التي يعملون فيها. أخبر زملاءك ورؤساءك أنك تكسب ما فيه الكفاية من المال وتنتج ما فيه الكفاية في العمل ولست مجبراً على العمل أكثر من ثماني ساعات يومياً. فإذا كانت ساعاتك الثمانية هذه منتجة فلا حاجة بك إلى العمل ساعات إضافية بحجة أن آخرين يفعلون ذلك. ولا بد لمدير شركتك، إذا كان حكيماً، أن يدرك قيمتك بالنسبة للشركة، ويحترمك لما تتحلّى به من الثقة بالنفس والاحترام للذات ما يجعلك تختار أن تعيش حياة متوازنة.

أرجو ألا تعتقد أنني شخص مرائي أنصحك بأن تقدم على أمر لا أقوى أنا على القيام به. حاشا! فمنذ بضع سنوات كنت أعمل كمدرس في مدرسة مهنية، حين تلقيت مذكّرة مزعجة. جاء في تلك المذكّرة أن على جميع المدرّسين أن يلتزموا منذ ذلك الوقت فصاعداً بدوام عمل يبدأ الساعة الثامنة صباحاً ولا يسمح بمغادرة المدرسين مبنى المؤسسة قبل الساعة الخامسة مساءً.

اتخذت في الحال قرار عدم الإذعان لهذاالتوجيه. فقد انخرطت في هذه الوظيفة على قاعدة حرية الحركة فأغادر المدرسة وأعود إليها كما يحلو لي، شرط أن أعطي الدروس في أوقاتها المحدّدة. وأنا أعطي أهمية بالغة لحريتي وحياتي الشخصية ولا أستطيع أن أمضي تسع ساعات يومياً في العمل، حتى لو لم يكن أيّ من المدرّسين الآخرين يجرؤ على الاعتراض على هذا التوجيه.

وفي اليوم التالي، واجهني أحد المشرفين وأنا أغادر المدرسة. سألني: «هل تغادر الآن يا إيرني؟ إنها الساعة الثالثة». فأجبته: «نعم جو، إني فعلاً مغادر. لدي ما يكفيني من المال ولا أحتاج أن أعمل بعد الساعة الثالثة. وماذا عنك أنت؟» وفي الوقت الذي كان

★ أفكار تغيِّر حياتك

عدم الكفاءة هو غالباً إلعلّة الكبرى لدى المدمن على العمل.

ما لا يفعله المدمن على العمل أكثر أهمية مما يفعله.

ولكن تذكّر أن المدمن على العمل ليس شخصاً فاشلاً تماماً.

إنه مفيد كعبرة ومثال لعمّال كفوئين انحرفوا عن المسار الصحيح.

أو عمّال غير كفوئين يمكن أن يتحسّن أداءهم إذا تعلموا كيفية التعبير عن حس الإبداع وعلموا كيف يصبحون منتجين أكثر.

إن العمل بشكل مكثّف ومتواصل هو طريقة يعتمدها عدد كبير من الناس لتفادي الإصابة باضطرابات نفسية وعقلية خطيرة.

كارل أبراهام

المشرف يحاول فيه أن يجد رداً على سؤالي، خرجت من المبنى. توجهت فرحاً إلى أحد المقاهي المفضلة لدي حيث أسترخي وأقابل أشخاصاً لي معهم علاقات اجتماعية حقيقية.

وفي التقويم الذي يقدمه التلاميذ في المدرّسين حصلت على أعلى مرتبة مما كمّ أفواه المشرفين كلهم فما عادوا يسألون عن أوقات خروجي ودخولي. أما المشرف الذي واجهني، فقد كان هو أيضاً مدرّساً ولكن تقويم التلامذة له كان سيئاً جداً. ورغم أنه كان يعمل ساعات طويلة لم ينعكس جهده براعة في التدريس داخل الصفوف. هذا الواقع لا يُفاجىء؛ فالمؤسسات تعجّ بالمدمنين على العمل الذين يكدحون 12 أو 14 ساعة يومياً، لكنهم لا ينتجون بقدر ما يفعل أولئك الذين يعملون ست أو سبع أو ثماني ساعات.

هذا يجرّ إلى الحديث عن صفة أخرى من صفات المدمنين على العمل وهي أن معظمهم غير منتجين. فالعمل هو أفضل اختراع ليمرّروا الوقت. هؤلاء يظلّون دائماً منشغلين، ولكن سدىً!

المدمنون على العمل لا يستسيغون شيئاً إلا العمل مهما كان عملهم رتيباً ومملاً. وهم يتذرّعون بالعمل للتهرّب من قضية مهمة. بعضهم يلازم وظيفته لا لشيء إلا للتهرّب من مسؤولياته العائلية ومن الحياة الاجتماعية. وانهماكهم بالعمل يمنعهم من الاهتمام بصحتهم ولياقتهم البدنية. فالوقت الطويل الذي يلزمهم لاتمام مهمّاتهم المهنية، هو سبيلهم، الواعي أو غير الواعي، إلى تجنّب تكريس بعض الوقت والجهد لممارسة الرياضة وتحسين الصحة النفسية والجسدية.

قد يبدو الأمر مستغرباً إلا أن العمل هو الملجأ الأخير للأشخاص غير المنتجين وغير الفعّالين. فالتكاسل المبدع وغيره من ضروب اللهو البنّاءة تتطلّب من المرء قدرة على المبادرة وعلى

★ أفكار تغيّر حياتك

لربما يفاجئك الكلام التالي:

لكن هل تعلم أن بإمكانك أن تنتج أكثر بكثير مما تفعل إن أنت عملت أقل ممّا تفعل حالياً.

ما هو السر؟ وجّه جهودك في الاتّجاه الصحيح وابقها في هذا الاتجاه.

أحد الأسباب الرئيسة التي تجعل الرجال عديمي الفائدة هو أنهم يوزّعون اهتمامهم وجهدهم على عدّة أهداف ومساعٍ.

ج. إيمونز

حاول أن تنجز ما يجب أن تنجزه فقط عوض أن تحاول إنجاز أمور كثيرة بأفضل شكل ممكن.

بيتر دراكر

التفكير الخلاّق، في حين أن العمل في معظم الوظائف والمهن لا يستدعي أخذ المبادرات ولا يدفع الموظّف إلى التفكير بطريقة إبداعية. والمدمن على العمل يجد أنه من الأسهل عليه أن ينفّذ أعمالاً حددها له آخرون، فهذا أهون من البحث واستجماع طاقاته وقدرته على الإبداع للقيام بنشاطات تجعل حياته متوازنة أكثر.

ولو أن للمدمن على العمل حياة خاصة ترضيه، وتحقق أهدافه وترسم شخصيته وتمنحه الإحساس بالانتماء إلى مجتمعه، لما أغرق نفسه في العمل حتى أذنيه.

الإنشغال الدائم عادة سيئة كرستها وتكرسها المنظمات والمؤسسات التربوية ووسائل الإعلام. ففي المجتمع الحديث لا يُعتبر المرء مهمّاً إلا إذا كان مشغولاً جداً وضحية للضغط النفسي. وقد فشل هذا المجتمع في التفريق ما بين الانشغال والانتاجية الحقيقية. فالانشغال لا يؤدي إلى النجاح. ولو كان النجاح ثمرة الانهماك الدائم بالعمل لكان الناس في المجتمعات المتطوّرة يشعرون بالنجاح والرضى عن حياتهم أكثر ولما شعروا أن الوقت ينقصهم إلى هذا الحد.

والحلّ هو في أن يكون المرء فعّالاً لا منشغلاً. الأشخاص الذين يجنون المبالغ الأوفر من المال في شركاتهم، الأشخاص المبدعون الذين يعرفون كيف يقومون بأعمالهم بطريقة غير اعتيادية، هم يدركون أن العمل لساعات طويلة لا يعني إنتاجاً أكبر، وفي المقابل هم بحاجة للحكمة لتفادي عدد من الأعمال الروتينية.



معظم الأعمال التي تستحق التنفيذ لا تستحق أن تبذل لأجلها أقصى جهودك

يكفي أن نراقب ما نفعله بوضوح حتى نتنبّه إلى أن الأشياء التي لا تستحق عناء القيام بها هي نفسها تلك التي تبدّد كل وقتنا. معظم الناس ينشغلون بأعمال لا تضاهي بأهميتها عيش حياة منتجة مرضية وسعيدة. يتحجّج هؤلاء بنقص الوقت، ومع ذلك تراهم يمضون ثلاث ساعات أمام شاشات التلفزيون. وفي العمل يبدّدون وقتهم بالتنقّل من موقع إلى آخر على شبكة الانترنت، يجرون بعض الاتصالات الشخصية ويتحدّثون إلى زملائهم. ثم في نهاية دوام عملهم يتذمّرون لأن عليهم أن يعملوا ساعتين أو ثلاث ساعات إضافية.

نقص الوقت ليس هو المشكلة، إنما الطريقة التي يدار فيها الوقت. فالأشخاص الأكثر إنتاجاً ونشاطاً هم أولئك الذين يستثمرون وقتهم فلا يهتمّون إلا بنشاطات قليلة، يتابعونها دون الشعور بضغط الوقت. هم يستخدمون وقتهم بفعالية وبشكل مختلف عن الآخرين. فالمتكاسل المبدع أو أي شخص ذو أداء رفيع، يعتبر أن التركيز على النشاطات غير المجدية لا يعبّد طريق النجاح.

يمكنك أن تمضي وقتك بطريقة ذكية أو بشكل مستهتر. فكلّما كنت قادراً على التحكّم بوقتك استطعت أن تمنع تمدّد حياتك المهنية إلى حياتك الخاصة. أما أهم طرق التحكّم بالوقت فهي اكتساب القدرة على التركيز على المشاريع التي تجعلك تكسب أكبر قدر من المال وعلى النشاطات الترفيهية التي تمنحك أقصى حد من السرور.

★ أفكار تغيّر حياتك

حدّد بوضوح الأمور التي تعني لك الكثير وحدّد بوضوح أكبر الأمور التي لا تعني لك شيئاً.

هذا الشرط ملزم إن أردت أن تنجز شيئاً عظيماً في الأمور التي تعني لك الكثير وألا تضيع الجهد والوقت على الأمور التي لا تعني لك شيئاً.

التعاسة هي عدم معرفة ما نريده في الحياة والاستماتة في سبيل الوصول إلى هذا الذي لا نعرفه.

دون هارولد

يميل الجميع في الحياة المهنية، كما في الحياة عامة، إلى تعقيد الأمور. فهم يغرقون أنفسهم تحت وابل من النشاطات التي لا تستهلك الوقت فحسب بل لا تنفعهم في شيء أيضاً. والمستغرب أن المدمنين على العمل يشعرون بأهميتهم عندما يعملون ساعات طويلة وشاقة على مشاريع غير منتجة. وإن أردت أن تعقّد حياتك فأفضل سبيل إلى ذلك هو أن تدع كلام الآخرين يؤثّر فيك، الكلام الشبيه بالعبارة التالية: «ينبغي إنجاز أي عمل على أكمل وجه ممكن». فإذا صدّقت مثل هذه العبارة فسوف يُقضى عليك. وينتهي بك الأمر إلى إهدار وقتٍ ثمين وطاقة انفعالية وإلى تبديد المال على أشياء لا تعود عليك بأي نفع.

لن تحقق النجاح في حياتك وأنت تكمل على أفضل وجه أعمالاً لا قيمة لها بالنسبة لك. فإذا كان أهم ما في عملك الاتصال بزبائنك فركّز الجزء الأكبر من جهدك على هذا النشاط. وإن أمضيت ساعة في تنظيف مكتبك وخمس دقائق للاتصال بالزبائن، لن يكون مثمراً بالنسبة لك كالاتصال بالزبائن لساعة من الزمن ثم أخذ خمس دقائق لتنظيف المكتب. ففي الحالة الأولى تكون قد عملت ست ساعات في اليوم إضافة إلى الدقائق الخمس. أما في الحالة الثانية فأنت تعمل ساعة وخمس دقائق بطريقة أكثر زخماً وانتاجاً.

يشدِّد الفصل الأول على أهمية الاستفادة من الوقت المتوفّر لك، غير أن هذه النصيحة يرافقها شرط: مفتاح النجاح في هذا الأمر هو أن تبذل قصارى جهدك على الأعمال الهامة حقاً، وألا تستنفد طاقتك على النشاطات غير الهامة.

ثمة أشخاص قادرون على قلب حياتهم رأساً على عقب. كيف؟ عبر العمل بشكل ممتاز على القليل من المشاريع الهامة حقاً،

إن لم يكن لديك وقت للقيام بعمل مملّ أسنده إلى شخص مدمن على العمل.
هكذا تشعران أنتما الإثنان بالسعادة.

لقد قرّرت منذ أمد بعيد أن الحياة أقصر من أن أسمح لنفسي بالقيام بأعمال أستطيع أن أدفع أجراً لأشخاص لينجزوها لي.

و. سمرست موم

أنا لا أدهن الزبدة على قطعة الخبز التي آكلها؛ فأنا أعتبر هذاالعمل طهواً.

كاثرين سبريان

عوض الكد لإظهار أفضل أداء ممكن في كل الأمور التي يقومون بها. ومرة أخرى أكرّر أن مفتاح النجاح في إدارة الوقت هو الانتباه. ارفض أن تكبّل يديك بأعمال لا تشكّل أولوية بالنسبة لك. قد تبدو لك بعض الأمور مثيرة للاهتمام، لكنها لا تستحق بالضرورة عناء الانكباب عليها. وحتى لو كان نشاط ما يساعدك بطريقة أو بأخرى، فهذا لا يعني أنه يستحق عناء القيام به.

السؤال الذي يجب أن تطرحه على نفسك هو التالي: إلى أي مدى يساعدك هذا النشاط؟ بكلام آخر، هل هو أفضل من بقية المشاريع المهمة التي يمكن أن تقوم بها؟

عندئذٍ قد تذهب إلى أبعد من ذلك لتتساءل ما إذا كان المشروع يستحق الانجاز أصلاً. من المفاجىء حقاً أن الناس يركزون جهدهم على نشاطات لا تمنحهم لا الرضى ولا السعادة، فماذا ينفع أن تشغل نفسك بأمور كثيرة وأنت لا تعرف الهدف من كل مشاغلك هذه؟ اعلم أنك إن كنت تعمل على أمر كان اختياره خاطئاً من البداية، فسوف تشعر دائماً أن جهودك ناقصة وغير كافية.

حتى الأعمال التي تستحق العناء لا تستاهل أن تفرط في العمل عليها

التركيز على الأمور الهامة فحسب هو مفتاح النجاح. إلا أن الحذر مطلوب. فالأمور التي تستحق الإنجاز لا تستحق أن تجهد نفسك لأجلها، وكذلك تلك التي تستحق أن تجهد نفسك لأجلها لا تستحق أن تفرط بالاهتمام بها. الأمر أشبه بطهو وجبة طعام فاخرة، إذ يجب ألا تبالغ في الطهي وفي الوقت عينه ألا ترفعها عن النار قبل أن تنضج حتى الدرجة المناسبة.

★ افكار تغيّر حياتك

ارفض أن تتأثر بالقول التالي:

إن قمت بعمل ما، قمّ به على أكمل وجه.

هذا أكثر الأقوال سخافة.

الحقيقة هي أن معظم الأعمال التي تستحق أن تهتمّ بها، لا تستحق أن تبذل لأجلها عناء مضنياً.

والأعمال التي تستحق أن تنجزها على أكمل وجه نادرة جداً جداً.

وما عدا ذلك من أعمال فهو يستحق أن تهتمّ به بطريقة مناسبة فقط لا غير.

لا بل أكثر من ذلك، فبعض الأعمال يمكن أن تنجز كيفما اتفق للتخلّص منها.

وأخيراً، ثمة أعمال لا تستحق حتى أن تلتفت إليها ويستحسن في هذه الحالة أن تُترك للأشخاص الذين يملكون وقتاً ليضيّعوه.

الامتياز والكمال أمران مختلفان. فتقديم أداء ممتاز في عمل ما يعني أن تبذل أقصى ما تستطيعه من جهد، بما يتوفر لديك من وقت وطاقة وغيرهما من الموارد. وهذا الجهد يعطي نتائج ممتازة يتم التوصل إليها عبر استخدام الامكانيات المحدودة المتوفرة بطريقة فعّالة ومثمرة. من ناحية أخرى، إذا كنت تعمل وأنت تضمر بلوغ الكمال في ما تفعله فهذا يعني أنك تحاول التوصل إلى ما لا يمكن التوصّل إليه. وهذا الوضع يؤدي دوماً إلى استخدام الموارد المحدودة المتوفرة بطريقة غير فعّالة وغير مثمرة. أضف أن النتائج غالباً ما تكون غير موثوق بها في أحسن الأحوال.

دعني أشاركك تجربة خاصة عشتها: عندما بدأت بتأليف كتابي «The Joy of Not Working» في الأول من كانون الثاني 1991، سمحت لنفسي بعدم إنهاء المسودّة الأولى منه قبل 31 تموز. وبعد أن مرّ يوم على الموعد النهائي لتسليم الكتاب للناشر، عدت ومددت لنفسي شهراً آخر، طلبت خلاله من أصدقاء عدة قراءته وتقديم اقتراحاتهم لأي تغيير. ولأن برنامج الكمبيوتر الذي كنت أعمل عليه لم يكن مزوّداً بنظام لتصحيح الأخطاء الإملائية تلقائياً، فكّرت بأنه قد يفوتني تصحيح بعض الهفوات الإملائية واللغوية، حتى لو كان ناشري قد تبرّع بمساعدتي على ذلك. غير أن أي كاتب محترف كان ليستخدم مصحّحاً لتصحيح كل الأخطاء المتبقّية.

بعد أن أجريت كل التعديلات في الوقت المتوفر لي، أرسلت كتابي إلى المطبعة وأصدرته في 15 أيلول. وعبر التزامي بالوقت الذي كنت قد حدّدته للطبع، استطعت أن أوزّع كتابي على المكتبات قبل كل الكتّاب المنافسين لي. لعل غيري من الناشرين، كان أكثر براعة مني في تنقيح كتبه من الأخطاء اللغوية والإملائية،

ثلاث طرق لإنهاء الأعمال بسرعة:

أنجزها بنفسك.

استخدم شخصاً محترفاً يقوم بها نيابة عنك.

قرّر أنها لا تستحق الاهتمام واشطبها من لائحة الأمور التي عليك القيام بها.

أغفل دائماً عملاً واحداً من لائحة الأعمال التي تظنّ نفسك قادراً على إنجازها.

برنارد باروتش

الأعمال المنزلية لا تقتل أحداً. ولكن لماذا المجازفة!

فيليس ديلر

إلا أنني تمكنت من جانبي من أن أروّج لكتابي بشكل أفضل وأكثر قبل موسم التسوّق الهام الذي يسبق عيد الميلاد؛ والفضل يعود في ذلك إلى أنني نشرت كتابي قبل كتبهم فكنت سبّاقاً.

بعد أن بيعت من الكتاب 30 ألف نسخة، ما جعله يتصدر لائحة الكتب الأكثر مبيعاً في كندا على مدى ثلاث سنوات، قررت أن أدخل عليه بعض التعديلات. هذه المرة استخدمت نسخة محسّنة من نظام «Word» للطباعة، للتدقيق في كل الأخطاء وتصحيحها. ويا للمفاجأة! النسخة الأولى من الكتاب حملت 150 خطأً إملائياً. ولكن هل أثّر ذلك على المبيعات؟ أبداً. صحيح أنني تلقيت رسالة من مدرس غاضب اعترض على عدد الأخطاء الإملائية، غير أن 99% من الرسائل التي تلقيتها والتي تخطى عددها الـ 600، كانت إيجابية جداً، ولم تذكر في أي منها مسألة الأخطاء الإملائية.

العبرة من هذه القصة هي التالية: لو أنني أردت إنجاز الكتاب على أكمل وجه، لظللت أعمل عليه عشر سنوات. أما تحضير الكتاب بشكل ممتاز قدر الإمكان، حتى لو لم يكن مثالياً، فقد سمح لي باصدار كتاب أمّن لي مدخولاً جيداً طوال عشر سنوات. لعلّ كلامي يثير العجب، لكن السعي إلى الكمال في مشروع هام يؤذيه تماماً كالقناعة بالمستوى السيء. ففي الحالتين، سوف تشعر بعدم الرضى والبؤس والإحساس بالفشل.

يقول دونالد كندي: «إن العديد من الخائبين يقفون على قارعة الطريق، منتظرين الباص الذي كتبت عليه عبارة «الكمال»».

وقد أعطى نورمن كزنز الكمال حق قدره حين أعلن: «جوهر الإنسان هو عدم الكمال». لا وجود للكمال في الواقع إنما هو في توقعات الناس. الكمال وهم تماماً كالأمان. من المستحيل انجاز

إن محاولة القيام بأعمال كثيرة دفعة واحدة تفضي إلى عدم إتمام أي عمل.

عوض بذل جهد طفيف في أعمال كثيرة ابذل جهداً ممتازاً في بعض الأعمال الهامة.

إذا أنت أنجزت مشروعاً واحداً، ستشعر بالرضى أكثر مما لو بدأت ثلاثة مشاريع معاً ولم تصل بها إلا إلى المرحلة الأولى أو الثانية أو الثالثة قبل أن تتوقّف.

الطريقة الأسرع لإنجاز أعمال كثيرة هي أن تهتم بعمل واحد كل مرّة.

صاموئيل سمايلز

فكر بأشياء كثيرة يمكن أن تقوم بها، وقم بعمل واحد فقط.

مثل برتغالي

النجاح هو أن تعمل في ما تبرع به وتترك الآخرين ينجزون الباقي.

غولدستاين س. ترويزم

عمل لا عيب فيه البتة. تذكّر أن لا وجود لكتاب كامل الأوصاف، ولا لطبق مثالي مئة بالمئة ولا لتقرير مكتوب بشكل صحيح تماماً ولا لزبون راضٍ تمام الرضى.

في وقت من الأوقات قد يتملكك حب الكمال كأي شخص آخر في العالم. وفي هذه الحالة عليك أن تقاوم الميل إلى بلوغ الكمال في أي مجال من مجالات الحياة تماماً كما تقاوم الميل إلى النوعية الرديئة في عمل يرتدي طابع الأهمية بالنسبة لك. ينبغي أن تتجنب الإحساس بالفشل في انجاز عملك على أكمل وجه والشروع في مقارنة ما فعلته أنت بما كان يمكن أن ينجزه آخرون. من المؤكد أن النجاح في عمل ما لا يعني بالضرورة أن يكون هذا العمل خالٍ من أي عيب.

مفتاح النجاح هو السعي إلى الامتياز وهو الحد الوسط ما بين الرداءة والكمال. أنت من يقرّر حدود الامتياز. فإذا أردنا تعريف هذا الأخير تعريفاً بسيطاً لقلنا إنه بذل أفضل جهد ممكن مقارنة بظروف العمل والموارد التي لديك. عليك أن تبذل قصارى جهدك، ولكن تذكّر ألا تفعل ذلك إلا في الشؤون الهامة جداً بنظرك.

إنه حقاً لأمر متضارب أن تكون المشكلة التي تعيق الناس عن الامتياز في أعمالهم هي محاولتهم تحقيق الكمال في هذه الأعمال.

وإذا أردنا تحطيم الروح المعنوية للإنسان فلا شيء يضاهي محاولة الإنسان أن يبلغ مستويات من الكمال لا يمكن بلوغها.



قاعدة 80 ـ 20 هي سلاحك الأمضى

ما من شيء يضاهي هذه القاعدة لإرساء التوازن المناسب في حياتك. وقد اكتشفها أولاً عالم الاقتصاد الإيطالي ڤيلفريدو باريتو منذ أكثر من مئة سنة. إن اتباع هذه القاعدة له مفعول السحر إذا استعنت به لتنظيم وقتك وتفادي الادمان على العمل الذي يعاني منه معظم الناس. أنا شخصياً اعتمدت قاعدة 80 ـ 20 حتى أتمكن من العمل ما بين أربع وخمس ساعات يومياً، وأظل قادراً على ممارسة هواياتي ومع ذلك أكسب مدخولاً محترماً.

هذه القاعدة مفادها العام أن الثمانين بالمئة الأولى من إنتاجنا هو ثمرة 20% من جهدنا ووقتنا. ويبقى علينا أن نحصل على 20% من انتاجنا من الـ 80% المتبقية من وقتنا وجهدنا. 80% من وقتنا وجهدنا لا يعطينا سوى مردوداً لا يذكر نسبياً.

لعلكم قرأتم مقالاً أو أكثر من مئات المقالات التي كتبت حول قاعدة 80 ـ 20. ولكن لعلكم أيضاً مثل معظم الناس الذين يعرفونها، لا تستخدمونها استخداماً يجعلكم تستفيدون من طاقاتها الملغيّة كاملة. كثيرون ممّن سمعوا بهذا المبدأ لا يعيرونه أكثر من تفكير عابر فيما هم يضيّعون حياتهم. ومع ذلك تستطيع قاعدة 80 ـ 20 أن تساعد الأفراد والمؤسسات على تحقيق نتائج فضلى بقدر أقل من الوقت والمال والجهد.

هذه القاعدة هي دعامة لفكر هذا الكتاب: فلتحقيق المزيد من النجاح في حياتك، حاول أن تعمل أقل وتفكّر أكثر من أي شخص عادي في المجتمع. مما لا شك فيه أن قاعدة 80 ـ 20 يمكن أن تساعدك على تحقيق المزيد بجهد أقلّ. يمكنك أن تعمل أقل، وتكسب مالاً أوفر، وتستمتع بحياتك كما لم تفعل يوماً. إن

⋆ **أفكار تغيِّر حياتك**

إذا كان التفوَّق هو هدفك فتسلّح بالاعتدال.
ما من طريقة مثالية واحدة لإنجاز أي مشروع.
إذاً كفّ عن البحث عنها.
إن أردت أن تقوم بعمل ما كما يجب، عليك ألا تفرط في تحسينه.

الكمال فراشة يصعب الإمساك بها والسعادة تصبح سهلة المنال عندما نكف عن طلب الكمال.

هيلين كيلر

يمكن للأعمال المنزلية أن تقتلك إذا حاولت القيام بها على أكمل وجه.

إيرما بومبك

اتباعك لهذه القاعدة يومياً يمكن أن يجعلك ثرياً على المدى البعيد.

لعلك تتساءل قائلاً: «إذا كانت هذه القاعدة فعّالة إلى هذا الحد، فلمَ لا يتّبعها الجميع؟» الجواب بسيط: قاعدة 80 ـ 20 تتطلّب تفكيراً خلاّقاً وشخصاً مختلفاً عن السواد الأعظم من الناس وغير تقليدي البتة. وهذان الشرطان يحولان دون تعميم تطبيقها بين الناس.

«فكّر أولاً ثمّ تصرّف» هذا ما نصح به ألبرت شفايتزر. عدد كبير من الناس يتورطون تورطاً عشوائياً في أعمال كثيرة دون التفكير بالسبب الذي دفعهم إلى ذلك. وهم، نتيجة فعلتهم، يبذلون الجزء الأكبر من جهودهم على نشاطات غير منتجة. ولا عجب عندئذٍ من أن تراهم مصابين بالضغط النفسي ولا وقت لديهم لأي شيء.

هل تريد إذاً التمتّع بحياة متوازنة؟ ثمة أمران مهمان عليك أخذهما بعين الاعتبار. الأول هو ضرورة أن تقرّر أي النشاطات والأعمال مهمة بالنسبة لك، والثاني هو الالتزام بالتركيز على هذه الأخيرة. قال غوتيه يوماً: «لا تضع أبداً الأمور الهامة تحت رحمة أمور تقلّ عنها أهمية». الأمر المؤكد هو أن ما نفعله في حياتنا لا قيمة كبيرة له مقارنة مع سعادتنا واحساسنا بالرضى.

هنالك احتمال كبير أن تكون من الأشخاص الذين يمضون 80% من وقتهم في أعمال ليست على جدول أولويّاتهم، لذلك عليك أن تعيد النظر في كمية الوقت الذي تريد أن تخصّصه لهذه الأعمال. وللإفادة من وقتك إلى أقصى حدّ عليك أن تتخلّص من 80% من النشاطات والأعمال التي لا تعطيك سوى 20% من النتائج. قد لا تستطيع إلغاء كل هذه النشاطات، لكن من المؤكد أنك تستطيع إعفاء نفسك من عدد كبير منها. فإذا استطعت التخلّص من نصف

★ أفكار تغيّر حياتك

لا تتغافل أبداً عن قاعدة 80 ـ 20:

80% من النتائج التي تحقّقها تأتي من 20% من مجهودك ووقتك.

و20% من النتائج التي تحققها تتطلّب 80% من جهدك ووقتك.

الاستنتاج: كن مستعداً للتخلّي عن الـ 20% هذه إن لم تكن ضرورية.

طبّق هذه القاعدة ليس فقط في عملك، ولكن في حياتك الخاصة أيضاً، فتكون قد أصبحت «متمكّناً» من التكاسل مع الاحتفاظ بذكاء وقّاد وانتاجية عالية.

ليس في الكسل ما يُخجل. إنه في الحقيقة تعبير عن النشاط الفعّال والاستخدام السليم للإمكانيات.

جوليا سويغام

النشاطات ذات القيمة الضئيلة، سوف يتاح لك وقتاً كافياً للانصراف إلى الاستمتاع بالحياة.

لربما تدّعي أنك غير قادر على إلغاء أي نشاط من نشاطاتك القليلة القيمة. هذا وهم سخيف! فعلى الرغم من اعتبارك كل هذه النشاطات ضرورية لكي تقوم بعملك بشكل صحيح وفعّال، إلا أن معظمها لا تنطبق عليه هذه الصفة. عملياً، يستطيع الجميع أن يتخلّى عن النشاطات التي لا تعود عليه بفائدة تذكر. فلا أحد يعمل دائماً بأقصى فعالية. لعلّ هذا الأمر صعب من الناحية النفسية لكنه ممكن إذا قرّرت أن تفعل ذلك. ففي العمل عليك أن تتخلّى عن هوسك بالكمال في كل ما تفعله. وقد تضطر إلى صرف النظر عن بعض المشاريع العزيزة على قلبك والملازمة لك دوماً، مع أنها لا تدرّ عليك سوى القليل من الفائدة، مقارنة مع النتائج التي تودّ بلوغها.

تعلّم كيفيّة التعرّف على المشاريع التي تعطيك أكثر مما تستثمر فيها. وتعرّف أيضاً على مجالات العمل التي لا تسترجع فيها سوى جزء مما استثمرته فيها. الهدف من ذلك هو الحصول على أفضل النتائج من الأعمال التي تدرّ عليك فائضاً في الربح والانسحاب من النشاطات التي لا تؤدي سوى إلى الخسائر.

إذا كنت صاحب عمل حرّ أو إذا كنت تملك شركة، تسمح لك قاعدة 80 ـ 20 أن تكسب المزيد من الأرباح، وأن تعمل أقل، بفضل انتقاء الخيارات الصحيحة والاكتفاء فقط بتلك التي تضيف قيمة عليا إلى مدخولك. وستكتشف أن نقص الوقت لم يعد يحول دون انصرافك إلى حياتك الخاصة.

وحتى لو كنت تعمل في مؤسسة، فسوف تساعدك قاعدة 80 ـ 20 على زيادة انتاجك بمقدار ضعفين أو ثلاثة أضعاف مقارنة مع

كن خلاّقاً ولكن أيضاً قادراً على الاختيار.

إن تخصيص الجهد الخلاق لعملين أو ثلاثة أعمال يجعل منك رجلاً أكثر نجاحاً مما لو بذلت جهداً متوسطاً لتنفيذ أمور كثيرة.

إذا تبين لك أن الأعمال التي تقوم بها غير مربحة، انصرف عنها إلى جمع المعلومات. وعندما يتبيّن لك أن المعلومات التي تجمعها لا طائلة منها، إذهب إلى سريرك ونم.

أورسولا ك. لوغوين

أنا أنجز أعمالي على أكمل وجه، وما لا أستطيع إنجازه على أفضل وجه لا أقدم عليه البتة.

حكيم مجهول

ما ينتجه عامل عادي في يوم عمل واحد. عاجلاً أم آجلاً، ستكافئك الإدارة إن كانت جيدة، فتحصل على راتب عادل نسبة إلى إنتاجك. وسيسهل عليك إقامة توازن ما بين ساعات العمل وحياتك الخاصة، إذا ثابرت على العمل بانتظام.

عليك بتطبيق قاعدة 80 ـ 20 على كل أوجه حياتك فتنجح في تحقيق التوازن فيها تحقيقاً أكيداً. ألغ كل النشاطات والأعمال التي لا تزيد شيئاً يذكر على دخلك أو سعادتك وإحساسك بالرضى عن نفسك. فعلى خلاف المبدأ السائد في المجتمع، مفتاح الحياة السعيدة هو العمل بالجهد المطلوب لتحقيق مستوى معيشي مريح، وبأقل جهد ممكن يبقيك بمنأً من المشاكل. هذا ما تحقّقه لك قاعدة 80 ـ 20.

تسلّح بقاعدة 80 ـ 20 فهي أداة جبارة تؤهلك للابتكار والابداع في الطريقة التي تحب أن تحيا بها حياتك، عوض أن تعيش كالسواد الأعظم من الناس. لن تقف بعدئذٍ عند حدود التوازن ما بين العمل والحياة الخاصة، بل تتعدّى ذلك إلى الاستمتاع بعملك أكثر وإلى الإحساس بالرضى عمّا تفعله. هذا أمر بديهي حين تتوصّل إلى زيادة انتاجك ودخلك بوقت أقصر وجهد أقل.



خفّف وتيرة حياتك فتطول أيامك

لطالما سمعنا الناس يردّدون أن الوقت من ذَهب. في الواقع، تتعدى قيمة الوقت قيمة الذهب. فإذا خسرت الذهب أو المال تستطيع التعويض عنه وتكديس أكثر مما خسرته. أما الوقت فلا شيء يعوض خسارته. وكما قال بنيامين فرانكلين: «الوقت الضائع لا يستعاد أبداً». وفي السياق نفسه، نقول إن المال أو الذهب لا حدود له، أمّا الوقت فمحدود؛ والمؤسف أن البعض يتصرّف كما لو أن العكس هو الصحيح.

من الواضح أنه في عالمنا المعاصر، عصر السرعة والضغط النفسي كما يسمّونه، اكتسب الوقت أهمية لم يعرفها يوماً. فقد تحول إلى مورد قابل لأن ينضب، ومع ذلك الطلب عليه كبير بسبب محاولة القيام بأمور كثيرة جداً في وقت واحد. وحيث أنك تستطيع أن تحصل على المزيد من المال وليس على المزيد من الوقت، عليك أن تصرف وقتك بحكمة أكبر من حكمتك في صرف المال.

اسمع ما قاله الثري الشهير نقولا حايك، الذي أنهض امبراطورية صناعة الساعات السويسرية من كبوتها وحوّلها إلى مصدر للمليارات: «الوقت رائع ورهيب في آن. إنه عملي وحياتي. ورغم ذلك تراني أكره الوقت. لماذا؟ لأنني لا أستطيع أن أمنع جريانه. لا يمكنني أن أمتلكه. هو حاضر دائماً، ولكن إن حاولت الإمساك به، تبدّد. لا يحاولنّ أحد اللجوء إلى حيل خاصة لخداع الوقت. فمهما فعل سوف يهزمه الوقت».

إن أردت أن تجعل من الوقت حليفاً لك، لا يمكنك أن تصارعه باستمرار. فمحاربة الوقت ضرب من الجنون تماماً كمحاولة

★ أفكار تغيِّر حياتك

لا تتوان عن استغلال قاعدة 80 ـ 20 إلى أقصى حدّ.
تصرّف دائماً على أساس قاعدة 80 ـ 20.
فكر دائماً على أساس قاعدة 80 ـ 20.
إعمل دائماً على أساس قاعدة 80 ـ 20.
إمرح دائماً على أساس قاعدة 80 ـ 20.
لا تحتاج موهبة خاصة للقيام بذلك.
ما عليك سوى أن تتنبّه لكل عمل تقوم به في حياتك.

الأمور السطحية والمظاهر الفارغة هي التي تقصم ظهر البشر.

سينيكا

التغلب على قانون الجاذبية. فالوقت، كما الجاذبية، سيسبقك ويخلّفك وراءه.

ما من شيء يفضح سعيك إلى السباق مع الوقت أكثر من كونك على عجلة دائمة من أمرك. الشعور بضغط الوقت دوماً، أمر لا يمكن أن يتعايش معه شخص يسعى إلى عيش حياة مزدهرة، فليس هدف الحياة هو أن نعبرها بأسرع وقت ممكن. لعلك لا تشعر بالحاجة إلى القلق بشأن السرعة التي تعيش بها حياتك. إنما عليك أن تخشى النهاية المفاجئة. فسوف تبلغ نهاية حياتك في سنّ مبكرة إن لم تتعلّم كيفية إبطاء وتيرة عيشك.

عقلك هو أهم ماتملك لكنه قد يتلاعب بك. وإحدى أسوأ ألاعيبه هي أنه يجعلك تقتنع بأن وقتك ضيّق ولا يتيح لك فرصة القيام بعملك والاستمتاع بحياة مرضية متوازنة تسمح لك بالاسترخاء والتواصل الاجتماعي وغير ذلك من النشاطات الترفيهية الممتعة. فكّر بالأمر ملياً! يومك يتألّف من 1440 دقيقة أو 400 86 ثانية. إنه الوقت الذي يملكه أي شخص آخر على وجه البسيطة، بمن في ذلك الأناس الذين يحيون حياة غنية، سعيدة، مرضية ولا توتّر فيها.

كسب الوقت أمر سهل فعلياً. فكلّما افتقرت إلى وقت للقيام بنشاطات مفيدة في حياتك، عليك أن تسعى إلى كسب المزيد من الوقت عبر استخدام ما تملكه منه بطريقة فضلى. أشارت دراسة حديثة تمت في جامعة Penn State، إلى أن ما نعتبره ضغطاً في الوقت ليس في الواقع إلا إدراك خادع. كلنا نملك الوقت الكافي للقيام بالأعمال الضرورية والنشاطات الممتعة، إلا أننا نبدّد الوقت ونهدره. فلو استطعنا استخدام 30 أو 40% من وقتنا بشكل صحيح لما نقصنا الوقت أبداً.

يمكنك دوماً أن تكسب المزيد من الوقت مهما كنت تعمل بجهد.
والوقت هو ما لا تستطيع شراءه مهما بلغت ثروتك.
إذاً اصرف وقتك بحكمة، تفوق بكثير الحكمة التي تصرف بها مالك.

اليوم هو فترة من الزمن لا يستطيع أحد مهما بلغت ثروته أن يتحمّل خسارتها.

حكيم مجهول

أفضل أن يأكلني الصدأ حتى الموت على أن تبدّدني الحركة الدائمة وتنثرني هباءً.

وليام شكسبير

الوقت المنظّم بدقة دليل أكيد على عقل منظّم بدقة.

السير إسحاق بتمن

يبدو للبعض أن السبيل إلى كسب الوقت هو الإسراع أكثر أثناء النهار في محاولة للقيام بأكبر عدد ممكن من الأمور في أقصر وقت ممكن. لعلك جرّبت القيام بذلك مرّات عديدة واكتشفت أن هذه الطريقة لا تزيدك إلا افتقاراً أكبر للوقت. لا عجب إذاً مما جاء في القول الألماني القديم: «كلما أسرعنا، تخلّفنا أكثر».

ولكن من المؤكد أن حشر النشاطات الترفيهية الكثيرة في أوقات فراغك لن يساعدك في التوصّل إلى نمط حياة متوازن وهادىء. فالمؤسف أن النشاطات التي يفترض بها أن تساهم في تخفيف حدّة الضغط النفسي عنك وأن تحسّن صحتك، يمكن أن تعطي مفعولاً عكسياً إذا جاولت أن تقوم بها وأنت على عجلة من أمرك. مثال على ذلك، إذا مارست الرياضة على عجل فمن المؤكد أنها ستزيد الضغط النفسي لديك عوض أن تبدّده. وفي الإطار نفسه، لا يمكنك أن تمارس التأمل بشكل فعّال إذا شعرت بضغط الوقت.

في مجال الأعمال، غالباً ما تستخدم عبارة «إدارة الوقت» للإشارة إلى أداة للسيطرة على الوقت أو كسب المزيد منه في حياتنا. إلا أن إدارة الوقت ليست فعّالة كما يظنّ معظم الناس، لأنها تدعم فكرة زيادة عدد النشاطات والأعمال أكثر فأكثر في فترة زمنية محدودة. أما مشكلة تقنية «إدارة الوقت» فهي أنك باستخدامها تظلّ تكرّس الكثير من وقتك وجهدك لأعمال غير ذات أهمية.

عوض أن «تدير» الوقت عليك أن «تتجاوز الوقت». وتجاوز الوقت جزء من التجربة العامة التي تعيشها حين تحاول أن تكون كسولاً منتجاً، حيث أنك تصبح قادراً على انجاز العمل الذي تريده وتختاره بالسرعة المناسبة لك. ومرة أخرى أدعوك إلى عدم الاهتمام بما يفعله الآخرون. فحتى لو بدا لك أن الجميع يسرع

★ أفكار تغيِّر حياتك

بعيداً عن عملك، لا تقم إلا بالأمور البسيطة التي تجعلك تشعر بالسعادة.

امضِ بعض الوقت مع الأشخاص الذين تحبهم وتفضّلهم على غيرهم.

مارس النشاطات التي تستمتع بها.

وتجنّب تماماً الأشخاص الذين لا يعجبونك والأعمال التي لا تروق لك.

في الحقيقة، هذه الخطة سهلة وبسيطة للغاية، لكن قلّة من الناس يطبّقونها.

الوقت هو أكثر ما نريده، وأسوأ ما نستخدمه.

وليام بنّ

أفضل طريقة لملء الوقت هي أن تهدره.

مارغريت دوراس

خطاه في حياته يوماً بعد يوم، فأنت لست مجبراً على مجاراة الجميع. عليك أن تتحكم بمحيطك الحسيّ والنفسي عوض أن تدع مغريات العصر الحديث تؤثر في نمط عيشك.

لإطالة أيامك، لا تستعجل في حياتك بل عش بهدوء. إنها طريقة أشبه بالسحر للحصول على المزيد من الوقت. بهذه الطريقة ستعيش ملء كل لحظة من حياتك. عندما تبطىء من جريانك ستخرج من صراعك مع الوقت وستتحكم به. كل نشاط مهما كان، سواء تأليف أول رواية لك، أو المشي في الحديقة العامة، أو زيارة جارك، أو أخذ حمّام، سيجعل العالم كلّه يتباطأ من أجلك.

في المرة التالية التي تفكّر فيها أن لا وقت لديك لمشاهدة غروب الشمس، أعد النظر في تفكيرك هذا. ستدرك أن أهم وقت للاستمتاع بمشهد غروب الشمس هو عندما لا تجد وقتاً لذلك. فالواقع أن اقتطاع عشر دقائق من وقتك لرؤية الشمس وهي تغرب سيساعدك على اللّحاق بركب الحياة أكثر من الركض في كل الاتجاهات طوال ساعات. وستتفاجأ بأن العالم كله يخفف من سرعته لأجلك.

كلما زاد عدد المرّات التي تتوقّف فيها للاستمتاع بغروب الشمس، كلما أحسست بالاسترخاء والهدوء وتراجع ضغط الوقت في حياتك. أضف إلى ذلك أنك ستدرك أهمية استخدام قاعدة 80 ـ 20 لخفض عدد نشاطاتك الأخرى حتى تتمكن من الحصول على أعلى مستوى من المنفعة من النشاطات والأعمال التي تتابعها. لست مجبراً على الاعتذار من أحد لأنك تتمهل في حياتك وتستمتع بها، فلن يوافق الجميع على سلوكك؛ إلا أن هذا لن يزيدك سوى رضىً عن نفسك.

الفصل السادس

الطريق إلى النجاح أجمل من الوصول إليه



وحدهم المتهوّرون يستعجلون الوصول إلى أي مكان يستحقّ أن يبلغوه

لعلك تريد أن تكدّس من المال ما يجعل بيل غيتس وأوبرا ونفري يبدوان شخصين عاديين. أو ربما اخترت أن تسعى لنيل جائزة بوليتزر، أو نوبل أو أوسكار، أو توني أو جونو أو إيمي.

لا ضير في أن تسعى إلى الشهرة، لكن كن واثقاً من أنك لن تبلغها بين ليلة وضحاها، أو في غضون سنة أو سنتين. في الواقع، يحتمل ألا تبلغ الشهرة أبداً إن لم تسترخِ وتأخذ وقتك في العمل للوصول إلى هدفك.

على خلاف ما يعتقده الناس، هدف الحياة لا يقتصر على تحقيق المقدار الأكبر من الشهرة والثروة بأقصر مهلة ممكنة، بغضّ النظر عن طريقة تحقيقهما. غير أن الإقبال الشعبي على البرامج التلفزيونية التي تقدّم الجوائز المالية وغيرها، من مثل «من سيربح المليون»، يعتبر مؤشراً على أن الأفراد الذين يطمحون إلى الشهرة والكسب السريع بأي وسيلة ليسوا أبداً قلّة قليلة في المجتمع.

«الربح السريع بأقل جهد ممكن» هذا هو الشعار الذي أضحى الطريق المفضّل إلى النجاح.

يقع الناس بسهولة فريسة للهوس بالنجاح السريع والسهل في هذا العصر. ويصبحون معرّضين أكثر لهذه الآفة إذا كانوا يظنون أن الناجحين في هذه الحياة حقّقوا نجاحهم بين ليلة وضحاها. القطاف السريع هو ما يحرك الناس باتجاه الطريق الأسرع إلى الشهرة والثروة. ذلك مؤسف حقاً، لأن القطاف السريع للنتائج هو أغلى حاجات الإنسان على الإطلاق. فهو لا يؤدي غالباً إلى

★ أفكار تغيّر حياتك

أصرّ وألحّ على النصيحة التالية:
اختر نشاطاتك بحكمة.
اعطِ وقتك وطاقتك للأشياء القليلة المهمة عوض تلك الكثيرة وغير المهمة.
عندما تصبح متمرّساً في ذلك، ستحقق نجاحاً وسعادة يفوقان كلّ ما توقعته.

ما من شيء هام جداً، وقلة هي الأشياء المهمة أصلاً.

إيرل بلفور

هل تحب الحياة؟ إذاً لا تهدر الوقت، لأن الوقت هو مادة الحياة.

بنيامين فرانكلين

محاكم الإفلاس فحسب بل يؤخر، أو يعيق في معظم الأحيان، عن بلوغ النجاح.

وككثير من الناس في المجتمعات الحديثة، لعلك تحلم بالإثراء السريع حتى تتمكّن من ترك وظيفتك وتروح تتمتّع بكل ملذّات الحياة. تجدر الإشارة هنا إلى أن الضغط الذي يسببه السعي إلى جمع ثروة بسرعة لا ينعكس إيجابياً أبداً على صحتك الجسدية والنفسية في الحاضر. علماً أن هذا الضغط إن استمرّ يخلّف أيضاً آثاراً سلبية على وضعك المالي والشخصي على المدى الطويل، لاسيما إذا دفعت صحتك ثمناً له.

يعلمنا حكماء هذا العالم أن المتهوّرين وحدهم يستعجلون الوصول إلى أي مكان يبغونه. فبمعزل عما نحاول أن نحقّقه، من المفيد لنا جداً أن نتذكّر كلمات طوماس شدويل التالية: «إن عجلة المتهوّر هي أبطأ ما في العالم». فالتهافت والسعي اليائس لن يؤدي سوى إلى دفع ما نسعى إليه حقاً، ألا وهو الرضى والصحة وراحة البال والسعادة، بعيداً جداً منّا. أمّا النجاح الحقيقي، الذي يساهم في زيادة الإحساس بالرضى عن النفس وراحة البال والسعادة، فهو يتطلّب سعياً حثيثاً وصبراً وأناة.

الأشخاص الذين ينفد صبرهم بسرعة نادراً ما يبلغون غاياتهم - وإن بلغوها فهم يمضون وقتاً أطول من ذلك الذي يمضيه الصبورون للوصول إليها.

التركيز على النجاح بحدّ ذاته، عوض الاهتمام بالطريق إليه والعمل الذي يجعلك تستحقّه، ليس السبيل الأكيد لبلوغ هذا النجاح.

في القصيدة التالية يحذّر الشاعر «تشانغ تسو» من خطورة التركيز على الجائزة بدلاً من العمل المطلوب لنيلها:

هل تكتشف غالباً أنك تستعجل لبلوغ النجاح على الصعيد الشخصي؟
إن قلت نعم، فاخبرني متى تمّ أي شيء ذو قيمة فجأة؟

سر بحكمة ورويّة فالذي يسرع في خطواته يتعثّر.

وليام شكسبير

الحاجة إلى الربح

إذا رمى النبّال سهمه
غير منتظر جائزة
أظهر حذقاً وبراعة
أما إذا كان هدفه جائزة نحاسية
توتّر
ولو كانت الجائزة ذهباً
لأعمى بريقه عينيه
فازدوج الهدف
وفقد النبّال رشده!
موهبته لم تنقص
إلا أن الجائزة تشتت تركيزه
إنه يهتم بها
يفكّر بالربح
أكثر من طريقة رمي السهم
وحاجته إلى الربح
تفرغه من الطاقة

أنت لا تحتاج إلى التقدّم بعجلة نحو النجاح، هذا إذا قرّرت أن تكون كسولاً منتجاً. فنادراً ما تكون الأمور التي تستدعي الانجاز السريع طارئة حقاً. تمهّل في حياتك حتى تعطي قدرتك على الإبداع فرصة الظهور والتبلور فتأتي بأفكار تحدث فرقاً في حياة الآخرين والعالم ككل. التمهّل والروية يمكّنانك من تنفيذ أفكارك وجني مال وفير على المدى الطويل. المفارقة هي التالية؛ حين لا تعود مهتماً ببلوغ النجاح بحدّ ذاته وببلوغه سريعاً، يأتيك النجاح

★ افكار تغيّر حياتك

القاعدة الأولى:

من الغباء أن نلهث وراء أشياء لا أهمية لها في الحياة. هذا يعني أن عليك أن تسرع لتحقيق الأمور الهامة.

القاعدة الثانية:

إن استعجلت الحصول على الأشياء القيّمة في الحياة، فستحتاج إلى وقت للحصول عليها أطول مما لو كنت غير مستعجل.

الرجل الذي على عجلة دائمة من أمره ليس رجلاً متحضّراً.

ويل دوران

بسهولة أكبر وسرعة. الجائزة ليست أهم ما في الأمر بل الطريق إليها وقرارك بأن تستمتع على هذه الطريق، ببعض اللهو والمغامرة.

تمهّل واعتمد على مخيّلتك فتبتكر مشاريع تدرّ عليك الأرباح، وهي مشاريع لا يراها الأشخاص المستعجلون لبلوغ الثروة. عدم الاستعجال يعني أيضاً إمكانية رؤية ما يحصل من حولك في الحاضر. فالحاضر هو الحياة، وهكذا سيبقى دوماً.

عندما تختار أن تكون كسولاً منتجاً، هذا يعني أنك اخترت أن تلعب دور السلحفاة الذكية وليس الأرنب المتهوّر. فمن ناحية لدينا الأرنب المتهوّر الذي يركض في كل اتجاه ليجمع من الثروة ويحقق من الشهرة مقدار ما يستطيع، وهو يحاول بجنون وسرعة متهوّرة أن يصل إلى الهدف. وهدفه ما هو إلا السعادة.

من ناحية أخرى، نرى السلحفاة لا تحاول تجميع المال ولا بلوغ الشهرة كالأرنب، لأنها تعلم علماً يقيناً أن هذين الأخيرين لا يسعدانها. السلحفاة الذكية لا تسرع الخطى لأنها بلغت السعادة قبل أن تبدأ السباق: وهي تختبر السلام والسرور المتوفّرين لها في الحاضر.

تتحوّل الحياة إلى نسمة عليلة لو أننا نخصّص بعض الوقت لتبسيطها كما نكرس الكثير منه لتعقيدها

تصبح الحياة أكثر سهولة لو أننا نبسّط الأمور. ولكن للأسف، إذا أعطي معظمنا الخيار بين طريقتين للقيام بالأمور، إحداها بسيطة والأخرى معقّدة، لاختار الأصعب والأكثر تعقيداً. لا بل أسوأ من ذلك، فبعضنا يمضي وقتاً في اختراع طريقة صعبة عندما لا يجد أمامه واحدة يختارها فوراً.

لسنا بحاجة إلى تعقيد حياتنا أكثر مما هي معقّدة. فحين تكون

★ أفكار تغيّر حياتك

معظم الناس يعقّدون حياتهم أكثر مما يعترفون.
تذكّر دائماً أن تعقيد الأمور البسيطة لا يحتاج أكثر من رأس مشوّش.
أمّا تبسيط الأمور المعقّدة فوحده العبقري قادر عليه.
اختر أنت ماذا تريد أن تكون: شخصاً مشوشاً أم عبقرياً؟

نحن نتصارع مع الأمور المعقّدة ونتجنّب الأمور البسيطة.

نورمان ڤنسنت بيل

لا عظمة إلا في الأمور البسيطة.

ليو تولستوي

الفرصة سانحة، سيقوم عدد كبير من الأفراد الآخرين في هذا العالم بهذه المهمة نيابة عنّا وبكل سرور. وأحداث الحياة غير المتوقّعة ستمتحن كذلك قدرتنا على الابتكار والابداع؛ إذاً نحن لا نحتاج أن نضع لأنفسنا تعقيدات خاصة.

قال ألبرت إنشتاين يوماً: «ينبغي تبسيط كل شيء قدر المستطاع. ولكن ليس تسخيفه». لا داعي للقلق على الأشخاص الذين يبسّطون كل الأمور في حياتهم إلى أقصى حدّ. في حين أن المشكلة تكمن في الطرف النقيض حيث يعقّد الناس حياتهم بإفراط ويتساءلون عن سبّب معاناتهم من الهموم الكبرى والمشاكل الصعبة.

ما هو السبب الذين يدفع الناس إلى تعقيد حياتهم بلا داعٍ؟ تلك معضلة ما زالت تحيّر الفلاسفة والأطباء النفسيين على حدّ سواء! ويدهشني أيضاً ما يمكن أن يفعله معظم الناس لتعقيد حياتهم الشخصية والمهنية. إنهم يخسرون الكثير من المال والوقت والطاقة سعياً وراء أشياء لن تجلب لهم أي شيء في المقابل. ويعاشرون أشخاصاً لن ينفعوهم أبداً. أنا أعتبر أن عدداً كبيراً من الناس، إن لم أقل معظمهم، هم إلى حدّ ما مازوشيين (يتلذّذون بتعذيب أنفسهم).

معظمنا يميل تلقائياً إلى تعقيد حياتنا وزيادة صعوباتها، حتى أننا نكاد ندفن أنفسنا أحياء تحت كومة من الأعمال والأفكار غير المجدية. ونحن نقدم على ذلك في كل المجالات: الممتلكات المادية، العمل، علاقاتنا الاجتماعية، مشاكلنا العائلية، أفكارنا، وعواطفنا. نحن نعجز عن تحقيق مقدار نصف ما نريد تحقيقه لأننا نفتح الأبواب على مصراعيها أمام كل ما يمكن أن يشتت أفكارنا. لكن الحياة تصبح أسهل عندما نمضي بعض الوقت في تبسيطها عوض أن نبدد الكثير منه في محاولة تعقيدها.

اعلم متى ينبغي أن تقول كفى.

ثمة أشياء يبدو أن امتلاك واحد منها غير كافٍ ولكن اثنين منها يعني أكثر من اللازم وأكثر ممّا تحتاج.

هذا الكلام لا ينطبق على الزوجات فقط ولكن على الممتلكات المادية أيضاً.

الوفرة هي أكثر ممّا نحتاج.

حكيم مجهول

الإنسان الذي لا يرى في الكفاية كفاية لا يشبعه شيء البتة.

إبيقوروس

تقاس ثروة الإنسان بعدد الأشياء التي يستطيع الاستغناء عنها.

هنري ديفيد ثورو

إذا كنت من الأشخاص الذين لا يستطيعون مغادرة منزلهم دون حمل 90% من أغراضهم الخاصة، فاعلم أنه حان الوقت لكي تخفف قليلاً من الأعباء التي تحملها في مشوار الحياة. تخلّص دون تأجيل من الأعباء التي تستنزف وقتك، وتضيّق عليك مجال التحرك وتهدر مالك وتستهلك طاقتك. قم اليوم بخطوة تخفّف من التعقيدات في حياتك. مثلاً ارفض تضييع الوقت مع أشخاص، وعلى أشياء، لا يساهمون، أو تساهم، في إثراء حياتك.

إن الكسول المنتج، الذي يحيا حياته بالكامل، يستطيع التعرّف بانتظام على الأمور التي لا تضيف شيئاً إلى نمط حياته الهادىء الخالي من التوتر. طبّق قاعدة 80 ـ 20 على الصعيدين الشخصي والمهني في حياتك. أكتب لائحة بالأشياء التي لم تعد تخدم أي هدف مهم في عالمك. اطلب من أصدقائك أن يضيفوا إلى هذه اللائحة اقتراحات حول طرق لتبسيط الأمور، فقد يرى أصدقاؤك فرصاً حيث لا تراها أنت. قال الفيلسوف الروماني سينيكا مرّة: «لا يستطيع أي إنسان أن يسبح إلى شاطىء الأمان وهو يحمل أمتعته». فمهما كانت وجهتك لا يمكنك أن تثقل حملك. فحتى في الطائرات والقطارات أنت تدفع كلفة إضافية لقاء وزن حقائبك الزائد.

في رحلة الحياة تكلفك الأمتعة الزائدة أكثر بكثير من المال. وأفضل الاحتمالات هو أنك لن تتوصّل إلى تحقيق أهدافك بالسرعة التي يمكن أن تحققها فيها لو أنك خفيف الحِمل. أما أسوأ احتمال فهو أنك ستعجز عن تحقيق أحلامك مهما فعلت. وهذه الخيبة لن تحرمك من الإحساس بالرضى والسعادة فحسب، بل قد تكلفك في النهاية قدرتك على التفكير السليم.

★ أفكار تغيِّر حياتك

حدّد ما المهمّ بالنسبة لك.
حدّد أيضاً ما لا أهمية له بنظرك.
بعدئذٍ دعك من الأمور التي لا أهمية لها وركّز فقط على المهم منها.
تلك هي الطريق إلى كل النجاح الذي تحتاجه في الحياة.

حين تتنبّه إلى أن عقلك ليس ملبّداً ومشوشاً بأفكار تافهة، إعلم أن هذه الفترة هي أفضل فترات عمرك.

وو ـ من

إن القدرة على التبسيط تعني إزالة التفاصيل غير الهامة لكي يبرز المهم في الكلام.

هانز هوفمن

الحسد هو الرضى والسعادة التي نظن أن الآخرين ينعمون بهما

يعتقد خبراء الاقتصاد أن لدى الجميع حاجات وطلبات لا يمكن إشباعها. لو كان ذلك صحيحاً لما عرف أحد معنى السعادة. غير أن الكثيرين، بمن فيهم الكسالى المنتجين، يعيشون سعداء. من الواضح إذاً أن السعادة أمر يمكن بلوغه في هذا العالم من دون الحاجة إلى تلبية كل رغباتنا.

معظمنا يعتقد أن الحياة المثالية ليست تلك التي يحياها كل منّا بل تلك التي يعيشها الآخر. وفي هذا الخصوص يقول مثل فرنسي: «ما لا تستطيع الحصول عليه هو ما يناسبك حقاً».

إن اعتقادنا غير المنطقي والخاطىء بأن الآخرين أكثر سعادة منّا هو ما يجعلنا نشعر بالحزن، لا بل بالتعاسة. ينتابنا شعور غريب بأن معظم الناس في المجتمعات الغربية أكثر سعادة منا. ولا شيء أبعد عن الحقيقة من ذلك. وفي هذا الشأن قال جوزف رو: «أنظر إلى ما لديّ وأفكّر بأنني تعيس. ينظر إليّ الآخرون فيظنّونني سعيداً».

من السهل أن تقع في فخ الاعتقاد بأن كل الناس ما عداك أنت ينعمون بحياة سهلة وسعيدة أكثر من حياتك أنت. لكنك ستجد دوماً أصدقاءً أو أقارب أو جيراناً أو مشاهير يملكون بيوتاً أفخم من بيتك ويقودون سيارات أحدث من سيارتك ويرتدون ملابس أبهظ ثمناً من ملابسك، ويشغلون وظائف أفضل من وظيفتك ويرافقون فتيات أجمل من اللواتي ترافقهنّ. لكن مدى سعادتهم شأن آخر. فإذا كانوا يحسدون أشخاصاً يمتلكون أشياء لا يملكونها هم، فمن المؤكد أنهم غير سعداء.

أحد أهم العوامل التي تسهّل الاستمتاع الكامل بالحياة، هو

★ أفكار تغيِّر حياتك

كن حذراً في ما يتعلّق بالنجاح.
يستحسن أن تتوقّف وتفكّر ملياً بما يعنيه لك بعد أن تتوصل إليه.
النجاح يسبب أحياناً البؤس ورفض الآخر.
لا تتفاجأ حين تدرك أنه لا يجلب لك السعادة ولا يحقّق لك السلام اللذين كنت تتوقعهما منه.

لا شيء يبدو رائعاً كما بدا لك قبل أن تحصَل عليه.

جورج إليوت

الحياة مركّبة بطريقة تجعل الحدث غير قادرٍ، بأي شكل من الأشكال على مضاهاة ما كنت تتوقعه منه.

تشارلوت برونتي

التخلّص من الشعور بالحسد تجاه الآخرين. فالحسد هو في الواقع الرضى والسعادة التي نظن خطأً أن الآخرين يمتلكونهما. كثيرون من الذين نحسدهم، لا بل معظمهم، ليسوا أكثر سعادة منّا. حتى أن عدداً كبيراً من المشاهير الأثرياء لا يشكلون هدفاً جيداً لغيرتنا. وقد حذّرتنا المغنيّة والممثلة بربارا ستريسند بقولها: «بحق الله، لا تحسدونني. فأنا أيضاً أعاني من مشاكل مؤلمة».

الإحساس بالحسد من المشاهير الأثرياء أمر سيء جداً بفعل أن هؤلاء الأشخاص ليسوا كلهم سعداء. أما إذا أردت أن تحسد أحداً فاحسد الفقير الراضي بحياته على هذه الأرض، فالسعادة تتطلب منه مجهوداً.

ثمة أمر هام آخر، وهو أن اختبار الحسد لا منفعة منه البتة. فهو عبء ثقيل يولّد الازدراء والكراهية. وثمة قول مأثور في موضوع الحسد وهو إن الحسد كالحمض، يأكل الوعاء الذي يحتويه.

لا يمكنك أن تكون حسوداً وسعيداً في آن معاً مهما حاولت جاهداً، فالحسد والتعاسة يترافقان دائماً يداً بيد. من الخطأ أن تحسد ولو شخصاً واحداً. فما العبرة من الغيرة من ثروة أحدهم مما يجعلك غير راضٍ عمّا لديك؟ ومقارنة وضعك بأوضاع الآخرين يمكن أن يؤدي بك إلى الإحساس بالخيبة والكبت. وينتهي بك الأمر وأنت تقدّر الآخرين وتكره نفسك.

فيما تلعب لعبة المقارنة حاول أن تكون مقارنتك مزدوجة. لعلك تود أن تعيش في أحد البلدان العشرين الأكثر تخلفاً، كسيراليون أو أفغانستان، حيث الفقر الزاحف والنقص في العناية الصحية وسوء التغذية والعنف المستمر والجرائم المتكرّرة تجعل معدل الحياة ينخفض إلى 48 عاماً. وقد نصحت هيلين كيلر في هذا الشأن قائلة: «عوض مقارنة الكثير الذي نملكه بالكثير الذي

★ أفكار تغيِّر حياتك

إعلم أن النجاح الذي تملكه في أي لحظة من الحاضر هو النجاح الوحيد الذي يمكن أن تختبره الآن.

اذكر أيامك الخوالي الرائعة.

تمنَّ أن تصادف أياماً قادمة رائعة.

ولكن الأهم من كل ذلك هو أن تحرص على أن تعيش يومك.

ارضَ بما لديك.
افرح بما هو عليه الحال.
وعندما تدرك أن لا شيء ينقصك.
ستملك العالم كله.

تاو تي تشينغ

يملكه الأوفر حظّاً وثَروة منّا، علينا أن نقارن ما لدينا بما تعتبر الأكثرية الساحقة من البشر وفرة، عندئذٍ سيتبين لنا أننا من الأشخاص المحظوظين».

أما طريقة تخطي حسدنا للآخرين فهي في الاسترخاء بهدوء وإحصاء البركات التي حصلنا عليها مرات متكررة. فكّر ولو مرة في الأسبوع، بالأمور الجيدة التي توفّرها لك بلادك دون سائر البلدان وحين تشعر بالحرمان لأن أحدهم يملك شيئاً لا تملكه أنت، تذكر أن ملايين الناس في بلدان أخرى لن يترددوا لحظة واحدة بتبادل الأماكن معك وبكل سرور.

إن الامتنان لما لديك يصنع العجائب لصحتك النفسية والعقلية. يدعو حكيم مجهول الهوّية إلى التفكير بالأمر التالي: «قدّر كم سيكون فرحك عظيماً إن أنت فقدت كل ما تملكه الآن، ثم عدت فاسترجعته». عندما تأخذ بانتظام بعض الوقت لتقدّر الأشياء التي تملكها ـ كصحتك ومنزلك وأصدقائك، المجموعة الموسيقية التي لديك، معرفتك، وقدرتك الإبداعية ـ لن يتبقى لديك وقت لتحسد فيه الآخرين.

لتكون سعيداً، عليك أن تشكر الله على أشياء كثيرة تملكها في هذه الحياة ـ وهنالك أشياء كثيرة فعلاً تملكها، ليس عليك سوى أن تنظر جيداً من حولك.

أفضل فكرة للتعرّف على المزيد من الأمور التي ينبغي أن تمتنّ لوجودها في حياتك هي فكرة أوبرا ونفري: «اقتنِ دفتراً صغيراً لتدوّن عليه يومياً لائحة بهذه الأمور. في نهاية كل يوم، عدّد النِعَم التي حصلت عليها حتى الآن واكتب على الأقل خمسة أشياء حصلت لك في هذا اليوم. سرعان ما يصبح الحسد من الماضي وتغمر السعادة حياتك تلقائياً».

عش قليلاً.

اضحك قليلاً.

أحبّ قليلاً.

تجدك السعادة وتغمر كيانك بالكامل.

إعزف لحناً سعيداً فيتبعك راقصون سعداء.

ثاديوس غولاس

الحياة تطول إذا كانت مليئة.

سينيكا

كن سعيداً ما دمت حيّاً فلا شيء ينفعك بعد الموت

ذكر مقال ورد في مجلة Globe and Mail ريتشرد إزرايلز من ڤانكوڤر الذي مات بسرطان القولون عن 51 سنة. فحتى في أشهره الأخيرة لم يتذمّر ريتشرد مرّة واحدة من مرضه العضال. كانت حياته القصيرة نسبياً مثيرة ومرضية بفضل نشاطه وحيويته الشديدين. وقبل أن يسلم الروح ببضعة ساعات قال: «رغم ما أنا فيه الآن، أستطيع أن أقول إن حياتي كانت جيدة».

لتكون «حياتنا جيدة» يفترض بنا أن نسعى إلى ما هو هام بالنسبة لنا. ليس عدد السنوات التي نعيشها ما يحدّد مدى غنى حياتنا وسعادتنا ورضانا عن أنفسنا، بل هو نوعية هذه الحياة. بعض الأشخاص يموتون في الخامسة والأربعين من عمرهم، ولكنهم يكونون قد عاشوا حياة مليئة ومثيرة أكثر من آخرين عاشوا حتى التسعين أو المئة.

هل تصلح حياتك لأن تكون موضوع دراسة حول الضغط النفسي المستمرّ والاضطراب الدائم؟ إذاً لا فائدة من أن تعلن قائلاً: «لعلّي لم أخلق لأعيش حياة سعيدة، ولكني على الأقل سأعيش حياة طويلة!» فما نفع أن تعيش طويلاً إن لم تكن مستمتعاً بحياتك؟ أضف إلى ذلك، أن لا داعي لكي تقلق حول ما ستفعله بعد التقاعد، ما دامت حياتك متأزّمة وأنت في عزّ شبابك. وربما يداهمك الموت قبل أن تبلغ سنّ التقاعد.

حذّر هنري ديڤيد ثورو قائلاً: «يا إلهي، إنها لحظة رهيبة حين يكون المرء على فراش الموت ويدرك أنه لم يعش البتّة». معظم الأشخاص الذين يتخطّون سنّ الخامسة والستين يسترجعون في وقت أو في آخر مراحل حياتهم الماضية بندم. يتأسّفون لأنهم لم

★ أفكار تغيّر حياتك

أنظر إلى العالم من حولك.
قد يبدو لك مكاناً تصتعب الحياة فيه ومكاناً يصعب فيه أكثر أن تعيش بسعادة.
ولكنه ليس كذلك أبداً.
فإذا تسلحت بموقف مناسب ـ وبمقدارٍ معتدل من الجهد المبدع ـ يمكنك أن تحوّله إلى جنّة.

سعيد هو الإنسان، سعيد وحده.
ذلك الذي يستطيع أن يملك يومه.
سعيد هو، من حلّ في داخله سلام حتى يقول:
أيها الغد هاتِ أسوأ ما عندك.
حسبي أني قد عشت هذا اليوم.

جون درايدن

يرتبوا أولوياتهم بشكل مختلف. معظمهم يتمنى لو أنه لم يقلق بشأن الأمور السخيفة، ولو أنه كرّس وقتاً أطول للنشاطات التي كان يرغب بالقيام بها.

تصوّر أنك ستحتضر في الشهر المقبل، تتوجه إلى خالقك قائلاً: «أرجوك امنحني فرصة أخرى وسوف أبذل قصارى جهدي لأفعل ما ينبغي أن أفعله». فيجيبك الله: «إني أمهلك عاماً آخر تتمتّع فيه بصحة ممتازة، لتحقق ما كنت تحلم دوماً بتحقيقه».

والسؤال الأغلى ثمناً هو: ماذا تفعل في هذه السنة الأخيرة؟ يمكنك أن تبدأ بوضع لائحة بالنشاطات التي تودّ القيام بها. ضع هذه اللائحة في محفظة نقودك واحملها معك دوماً لتذكّر نفسك بما هو مهم بالنسبة لك. ولئلا تجازف بالندم لاحقاً على أنك لم تسعَ إلى إنجاز الأشياء المهمّة في الحياة، خصّص الآن وقتاً لتحقيق معظمها.

في هذا الخصوص قدم الرئيس الروسي السابق نيكيتا خروتشيف نصيحة قيّمة: «الحياة قصيرة، عشها بكل تفاصيلها». ابتداء من اليوم حاول أن تعيش حياتك كما لو أن كل يوم هو أحد آخر أيامك على هذه الأرض. وحين تدق ساعة رحيلك ستتمكن من أن تقول إن مشوار حياتك كان جيداً. لن يدوم ذلك أكثر من سنة، ولكن يا لها من سنة!

الحق يقال إنك إذا أردت أن تحقّق السعادة على المدى الطويل فأفضل وسيلة لذلك هي اختبار السعادة القصيرة المدى بشكل مستمر. التوازن ما بين العمل واللهو خطوة هامة في الحاضر. وتأجيل هذا التوازن السعيد إلى ما بعد سنوات لهو أشبه بتأجيل ممارسة الحب لما بعد سنّ التقاعد. وفي هاتين الحالتين لن تحقق ما كنت تحلم به.

★ افكار تغيِّر حياتك

إذا تشبثت بعد قراءة هذا الكتاب بأخلاقية العمل الشاق وقيمة النجاح التقليدي، فليكن!
ولكن احذر من أن تنهك نفسك على طريق الشهرة والثروة.
فكيف ستستمتع بما حققته بعد أن تصل إلى ماتريده؟

العمل الشاق يعطي نتيجة في المستقبل أما التكاسل فنتيجته فورية.

غرافيتي

باطل هو لكم أن تبكروا إلى القيام مؤخِّرين الجلوس آكلين خبز الأتعاب.
لكنه يعطي حبيبه نوحاً.

العهد القديم، مزمور 127 : 2

ومن الضروري أيضاً أن تكفّ عن القلق بشأن المستقبل، وما سيحمله لك. فإذا أردت أن يكون مستقبلك أفضل من حاضرك، عش إذاً في حاضرك عوض أن تحيا في المستقبل. تمهّل واستمتع بما لديك ولم تكن حتى اليوم قد استمتعت به. دوّن لائحة بممتلكاتك الثمينة، وبأشياء عزيزة على قلبك، ومواهبك التي لم تستثمرها جيداً، أو التي ضيّعتها أو نسيتها في صخب نمط حياتك السريع، كذلك الكتب الجيدة، صداقاتك الحقيقية، مواهبك الفنيّة، كل ما يستهويك ويشغفك. باختصار شديد، كلّ أحلامك.

ستمرّ بك أيام، تواجه فيها مشاكل مهنية، ماديّة أو شخصية. غير أنك لا تحتاج للتذمر لأن حياتك لا تسير كما يحلو لك أن تسير. فالتذمّر والشكوى يصرفان انتباهك عن الأمور الجيدة الأخرى التي تحدث في حياتك، حتى أنك قد تفّوت على نفسك فرصة عيشها. عوض التركيز على سيئات هذه الدنيا اهتم بإيجابيّاتها. وإذا كنت تصرّ عامة على الانتقاد والتذمّر حاول أن تضاعف أربع مرّات الوقت الذي تمضيه في امتداح الإيجابيات والتعبير عن الامتنان. هذا ما يجب أن يحصل لأن الدراسات تظهر أن 80% من أحداث حياتنا إيجابية و20% منها فقط سلبية.

لا تألُ جهداً في محاولة تجنب التضحية براحتك النفسية والجسدية اليوم مقابل المال والأمور المادية التي تظنّها تجلب لك السعادة مستقبلياً. فكّر بالأمر مليّاً. حين تمتلك هذه الأمور سيكون الوقت قد فات لتتمتّع بها، فقد تنقصك الصحة لاحقاً للتمتّع. وحتى لو بقيت محافظاً على صحتك ستكتشف على الأرجح أن هذه الأمور لا تجلب السعادة كما كنت تعتقد بادىء ذي بدء.

انظر إلى عظماء الأرض مثل الأم تيريزا، الدالاي لاما، نلسون منديلا، المهتما غاندي وغيرهم... هؤلاء عاشوا أو يعيشون

★ أفكار تغيِّر حياتك

في سعيَك إلى الشهرة والثروة، لا تنسَ هذه الرسالة الهامة التي وجهها مايكل بريتشرد:
«مهما عظمت ثروتك، وذاعت شهرتك وكبرت سلطتك، عندما تموت ستتوقف أهمية جنازتك على أحوال الطقس».

أن تموت ثرياً، يعني أنك عشت سدىً.

جيدو كريشناMورتي

بالقليل من الموارد المادية، لكنهم حققوا أو يحققون سعادتهم، وفرحهم وذواتهم في مسيرة حياتهم. لم يسعوا إلى تحقيق الذات والسعادة كهدفين بحدّ ذاتهما، بل كانا نتيجة لأهداف أكثر سموّاً، أهداف دفعتهم للعمل لخير البشرية.

قلّة منّا من يعتبر المال والسلطة والمقام الإجتماعي مصدراً لفرحه. الفرح ينبع من الرضى الذي نشعر به عندما ننغمس كلّياً في عمل يستحق الإنجاز. كل نشاط يستحق عناء القيام به، سواء في العمل أو في اللهو، يتحول إلى جائزة أو مكافأة على ما قمت به من عمل. ولا تعود منفعتك منه ماديّة فحسب، كأن تحصل على مالٍ أو ما شابه.

لا أهمية لنوع العمل الذي تقوم به، ولا لمقدار الشهرة والثروة اللتين تحققهما. الأهم هو أن تشعر بالسلام وتتمتع بالصحّة وأنت تعمل وبخاصة أن تحبّ عملك. إذا لم تتمتّع بهذه الأمور الثلاثة فلا شيء يعوّض عنها. لا تنسَ أبداً أن السعادة ليست هدفاً بل رحلة، وهي نتيجة النجاح في العمل، التمتّع بالصحة، القيام بواجبك في الحياة، السعي إلى تحقيق أهدافك، تقبّل الأحداث التي لا يمكن تجنّبها، حب الحياة، التعبير عن الامتنان، مساعدة الآخرين على تحقيق سعادتهم، وعيش الحياة بكل تفاصيلها.

عليك أن تسعى لأن تكون إقامتك على هذه الأرض أقرب ما يمكن من الحياة الفردوسية. في الواقع، يؤكّد لنا معلّمو الديانة البوذية (Zen) أن لا فائدة من الانتظار لدخول الجنة. فبالنسبة لهم، الحياة هي هنا والآن وهذه هي الجنّة.

بكلام آخر، هذا ما لدينا! اليوم وهذه اللحظة، هذا كل ما نملكه، اختر بين أن تقبل ذلك أو ترفضه؛ علماً أنك لا تستطيع أن ترفضه. إذاً استخدم الحاضر بأفضل طريقة ممكنة. فإذا دخلت

ملاحظة أخيرة:

إن لم تكن قادراً على الاستمتاع بفطور شهيّ خمسة أيام في الأسبوع على الأقلّ، فمن الواضح أنك شخص غير ناجح.

بل تدّعي النجاح.

كن سعيداً في حياتك ما دمت حيّاً لأنك ستكون ميتاً لوقت طويل.

مثل سكوتلاندي

الجنّة يوماً فستكون مستعداً للفرح الذي ينتظرك فيها.

بقية حياتك تبدأ الآن. يمكن لهذه البقية أن تكون أهم من كل ما مضى منها. ضع نصب عينيك هدفاً واحداً وهو أن تستمتع بما تقدّمه لك، قدر المستطاع. أنت تخطىء إن لم تفعل. لتكن حياتك مليئة بالأمور الرائعة! الحياة تضجّ من حولك. عشها بالكامل، وبكل جوارحك وحواسك. أصغ إليها، تأمل فيها، تذوّقها، تنشق عطرها، تلمّسها... واسعَ سعياً دؤوباً إلى تكريس جزء منها لبلوغ النجاح على الصعيد الشخصي الذي تحلم بتحقيقه يوماً. واحرص في كل الأحوال، على أن تكون حياتك، تماماً كحياة الصيّاد الكوستاريكي غنيّة، هادئة، مرضيّة وسعيدة. ومهما عنى لك النجاح، يفترض أن تشعر بالسعادة في مشوارك نحو النجاح أكثر من لحظة بلوغه. وإذا كنت دائماً تأخذ خيارات سليمة وفي صالحك فلا بد أن تكون سعيداً في مشوارك.

المحتويات

اعمل أقل...
تنجح أكثر!

قالوا قديماً: من طلب العلى سهر الليالي!

لكن إليك هذه الأفكار الجديدة:

- لا تعمل أكثر من 3 إلى 4 ساعات يومياً!
- لا تدع العمل يحرمك من أوقات الفراغ الممتعة!
- إنس موضوع الأوقات والضمانات وركزْ على الفرص!
- لا تقم بعمل لا تحبه!

قالوا: من جدَّ وجد!

لكن ما رأيك في هذه الحقائق؟

- كل الكادحين يموتون فقراً مع أنهم يعملون ليلاً نهاراً!
- عمل أقلّ + تفكير أكثر = نجاح أعظم!

في هذه الكتاب... إيرني زيلنسكي يمسك مفاتيح النجاح الحقيقية:

- تستطيع أن تكون كسولاً وتنجح...
- نعم للكسل... لكن بالطريقة الذكية!!!

إيرني زيلنسكي
Ernie Zelinski

مهندس يعمل كمستشار ومحاضر في موضوع اعتماد الإبداع والأفكار المميزة في مجال الأعمال والهوايات. له مؤلفات شهيرة حققت أعلى المبيعات وتُرجمت إلى لغات عديدة. لا يعمل أكثر من ساعتين إلى أربع ساعات يومياً ورغم ذلك حقق نجاحاً باهراً. يقيم إيرني زيلنسكي حالياً في ادمنتون، كندا.


ISBN 9953-15-313-2

لبنان 5000 ل.ل.	الكويت 1 دينار	البحرين 1,50 دينار	عُمان 1,50 ريال
سوريا 150 ل.س.	الإمارات 15 درهم	المغرب 25 درهم	مصر 15 جنيه
الأردن 2,50 دينار	قطر 15 ريال	تونس 3,90 دينار	

www.darelfarasha.com